VILLE DE MIRABEL – SERVICE DES LOISIRS, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

Programmation loisirs

AUTOMNE 2015



OÙ ET QUAND S'INSCRIRE?

3 modes d'inscription possibles!

Du 25 au 28 août 2015

Pour plus de renseignements, référez-vous à la page 2.





www.ville.mirabel.qc.ca

Table des matières à la page 43 de cette brochure

VOICI LES DIFFÉRENTES FAÇONS DE PROCÉDER POUR LES INSCRIPTIONS

INSCRIPTION PAR INTERNET

Au : www.ville.mirabel.qc.ca, du mardi 25 août, 9 h 30, au vendredi 28 août, midi.

ÉTAPE 1

S'assurer d'avoir en main son **code d'utilisateur et son mot de passe**. Si vous n'avez pas de « **dossier famille** », vous devrez téléphoner au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 450 475-8656, afin de le créer avec nous.

ÉTAPE 2 – INSCRIPTION

Visitez le site de la Ville de Mirabel, au **www.ville.mirabel.qc.ca**, et cliquez sur l'onglet « **Inscriptions aux activités du Service des loisirs** ».
Cliquez sur « **Connexion** » et entrez **votre code d'utilisateur et votre mot de passe**.
Cliquez sur « **Inscrivez-vous** » dans le menu de gauche.
Ensuite, cliquez sur « **Ajouter** » dans la case du membre de la famille que vous voulez inscrire à une activité.
Sélectionnez l'activité dans le menu déroulant.
Cliquez sur « **Confirmer** » dans le bas de la page.
Lorsque vous avez terminé l'inscription de ce membre, cliquez sur « **Retourner à inscrivez-vous** », dans le bas de la page.
Poursuivez de la même façon pour chacun des membres de la famille que vous voulez inscrire à des activités.

ÉTAPE 3 – PAIEMENT

Sur la page « **Inscrivez-vous** », cliquez sur « **Confirmez et poursuivez votre inscription** ».
Cliquez sur « **Confirmer** ».
Procédez au paiement par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE

Au 450 475-8656, du mardi 25 août, 9 h 30, au vendredi 28 août, midi. Exceptionnellement, le mardi 25 août, l'inscription se poursuivra jusqu'à 20 h. INSCRIPTION FERMÉE DE 12 h À 13 h.

ÉTAPE 1

Avoir en main les **codes d'activités** des cours choisis (ex.: ESPD3-00).
Avoir en main votre **carte de crédit** (Visa ou MasterCard).

ÉTAPE 2

Composez le 450 475-8656.
Le personnel du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire prendra les appels et, lors de l'inscription, le paiement devra obligatoirement se faire par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

INSCRIPTION EN PERSONNE

Rendez-vous au bureau du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 8515, rue Saint-Jacques, à Mirabel (secteur de Saint-Augustin), du mardi 25 août, 9 h 30, au vendredi 28 août, midi. Exceptionnellement, le mardi 25 août, l'inscription se poursuivra jusqu'à 20 h. INSCRIPTION FERMÉE DE 12 h À 13 h.

Avoir en main les **codes d'activités** des cours choisis (ex.: ESPD3-00), ainsi qu'une preuve de résidence.
Le paiement peut se faire en argent comptant, par chèque, par carte de débit ou par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

ÉVÉNEMENTS SPORTIFS ET DE PLEIN AIR

MARCHE AU CLAIR DE LUNE 2015

Venez marcher en famille. C'est gratuit!!!
N'oubliez pas de vous munir d'un objet éclairant (lampe frontale, dossard fluorescent, brassard, etc.).

Le lundi 26 octobre 2015, de 18 h 30 à 19 h 30.
Départ du hall d'entrée de l'aréna du complexe Jean-Laurin, 8505, rue Saint-Jacques (secteur de Saint-Augustin).

Le mercredi 28 octobre 2015, de 18 h 30 à 19 h 30.
Départ du hall d'entrée de l'aréna de Saint-Canut,15005, rue Dupuis (secteur de Saint-Canut).

UN BREUVAGE VOUS SERA OFFERT GRATUITEMENT.

COUPE MIRABEL AA-AAA
DU 9 AU 12 OCTOBRE 2015

Le club de soccer organisera la 2e édition de son tournoi.

Consultez régulièrement notre site Internet : www.soccermirabel.com et notre page Facebook pour de plus amples renseignements.

JE VIENS ENCOURAGER NOS ÉQUIPES CETTE ANNÉE!





DU TENNIS
AMUSANT POUR TOUS!
Enfant ou adulte, débutant ou expert?
C'EST GRATUIT!

TOURNÉE SPORTS EXPERTS PRÉSENTÉE PAR BANQUE NATIONALE À MIRABEL, LE SAMEDI 29 AOÛT 2015, AU PARC CARDINAL, DE 19 h à 21 h 30

Tant les joueuses et joueurs de niveau débutant que ceux de niveau plus avancé, qu'ils soient enfants, adolescents ou adultes, peuvent prendre part gratuitement à une session. Trucs, conseils techniques, jeux concours d'habiletés et nombreux prix de présence sont au programme.

DE PLUS, LES PARTICIPANTS AURONT LE PRIVILÈGE DE FAIRE L'ESSAI DES NOUVEAUX MODÈLES DE RAQUETTES BABOLAT, DIADORA, HEAD ET WILSON.



Futurs p'tits champions !

Le Club de patinage de vitesse de Mirabel / St-Jérôme sera hôte de la première rencontre sportive C L'fun de la saison.

Venez découvrir ce sport et encourager les jeunes !

Vos jeunes démontrent de l'intérêt pour ce sport ou par simple curiosité... venez nous voir !

» Le dimanche 8 novembre 2015, début des courses à 8 h

» Aréna Saint-Canut 15005, rue Dupuis, Mirabel



Admissibilité

Les résidents de Mirabel peuvent s'inscrire à toutes les activités décrites dans cette brochure, sans discrimination de secteur. **Les non-résidents seront acceptés en fonction des places disponibles à partir du 31 août, et devront payer les frais additionnels prévus selon l'activité choisie après la période officielle d'inscription.**
Certaines restrictions s'appliquent.

Remboursement

En cas d'annulation d'une activité par les organismes responsables, les personnes déjà inscrites seront remboursées en totalité. Par contre, conformément à la politique de la Ville de Mirabel, toute personne annulant sa participation à une activité ne sera remboursée sous aucune considération, sauf sur présentation d'un rapport médical ou en cas de déménagement.

Des frais de 5$ devront également être retenus pour toute inscription faite par Internet.

Mode de fonctionnement

Lorsque le nombre maximum de participants est atteint, nous dressons une liste d'attente et, si le nombre le justifie et que les locaux ou les plateaux sont disponibles, nous ajoutons des groupes.

Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire et les comités organisateurs peuvent en tout temps modifier une activité sans préavis.



Tarification familiale

La politique de tarification familiale de la Ville de Mirabel s'adresse aux familles de deux enfants et plus. Pour les familles de plus de deux enfants, des rabais de 40 %, 60 % et 100 % pourront être appliqués sur les coûts d'inscription de la Ville de Mirabel pour chaque bloc d'activités. Les rabais sont établis à partir du coût total d'inscription par participant, du plus bas au plus élevé. Cette politique ne s'adresse pas aux non-résidents.

Les groupes suivants bénéficient de la politique de tarification familiale :
- Hockey et patin artistique
- Soccer et baseball (été)
- Ateliers culturels et sportifs

La Ville reconnaît l'âge de 17 ans et moins, dans sa tarification aux jeunes. Cependant, ces tarifs, de même que le rabais familial, ne s'appliquent pas à certaines activités de cette présente brochure. Dans tel cas, une mention est indiquée. Certaines restrictions s'appliquent.

Retardataires pour les ateliers

Un supplément de 10$ par activité ou par famille sera exigé pour toute inscription faite à partir du 3 septembre.

Aucune inscription ne sera acceptée après le 8 septembre.

Politique du prix affiché

Les prix offerts dans notre programmation incluent les taxes applicables pour les personnes âgées de 15 ans et plus.

Paiement

Paiement par chèque au nom de la « Ville de Mirabel », en argent comptant, par carte de débit ou par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

Les chèques doivent être postdatés au plus tard le 17 septembre 2015 pour toutes les activités de la présente programmation.

Inscription par Internet ou par téléphone

Pour les inscriptions par Internet ou par téléphone, le paiement doit se faire obligatoirement par carte de crédit (Visa ou MasterCard).



Preuve de domicile

Une preuve documentaire de l'établissement du domicile du participant est exigée pour pouvoir bénéficier du tarif des résidents de Mirabel. Pour les enfants, nous acceptons une preuve de domicile du père ou de la mère. Cette preuve doit être présentée lors de l'inscription en personne.

ACTIVITÉS AQUATIQUES – DES MODIFICATIONS SONT APPORTÉES À LA POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

La Ville a récemment procédé à certaines modifications de sa politique de remboursement pour les frais d'activités aquatiques dans une ville voisine.

Ainsi, depuis janvier 2015, les remboursements seront émis deux fois par année, soit au mois de mai et au mois d'octobre.

Cette nouvelle mesure du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire vise notamment à alléger la procédure de remboursement dans une meilleure gestion des fonds publics.

La Ville remboursera donc de la façon suivante : les frais d'activités aquatiques qui sont admissibles pour les citoyens de Mirabel (session de cours, avec un minimum de 5 cours par personne, et session de bain public, avec un minimum de 10 périodes de bain public), et ce, jusqu'à concurrence de 50 % des frais, sans excéder un maximum de 40 $ par session et par personne. **N.B. Les cours privés individuels ne seront pas remboursés.**

La demande de remboursement doit être accompagnée d'une preuve d'inscription et de la facture ainsi que d'une preuve du paiement ou du reçu. Avant d'autoriser un remboursement, la session de cours doit être commencée.

Faire parvenir la demande par télécopieur au 450 475-7862, par courriel à f.belanger@ville.mirabel.qc.ca, par la poste, ou en personne au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire au 8515, rue Saint-Jacques, Mirabel (secteur de Saint-Augustin), J7N 2A3.



Renseignements :
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire,
au 450 475-8656.



EXPO 25 ans concert DE MIRABEL

Au centre culturel du complexe Jean-Laurin (secteur de Saint-Augustin), 8475, rue Saint-Jacques, Mirabel

Le comité des artistes peintres de Mirabel aura le plaisir de vous accueillir les 24 et 25 octobre prochain pour célébrer la 25e édition de « L'Expo-Concert de Mirabel », sous la présidence d'honneur de *Madame Denise de Grand'Maison*, artiste professionnelle!

À travers ses œuvres abstraites, l'artiste peint l'image qu'elle se fait du monde actuel. Les teintes, les textures, la transparence et l'opacité deviennent le reflet de son vécu.

L'utilisation de l'acrylique, des encres, de la poudre de métal et de différents médiums se chevauchent sur des fonds structurés, imprécis et spontanés. Les formes et les sujets naissent des couleurs et des contrastes en décrivant l'intimité de moments uniques qu'elle partage avec nous.

Denise de Grand'Maison nous invite à pénétrer dans ses œuvres et à vibrer au rythme des couleurs de ses propres émotions. Ses toiles parlent, touchent, dérangent ou apaisent, mais jamais elles ne laissent indifférents.



Denise de Grand'Maison

HORAIRE ET ACTIVITÉS :

SAMEDI 24 OCTOBRE

Visite de l'exposition ouverte à tous (gratuit), de 11 h à 16 h 30.

NOUVEAU!

« **COMBAT AMICAL DES ARTISTES** », à 14 h 30.
Venez admirer, en direct, la création de toiles collectives et achetez un billet pour courir la chance de gagner l'une des toiles!

VERNISSAGE, À 18 h 30.

SPECTACLE « Bet.e & Stef », à 20 h.
Coût : 10 $ / personne.

Renseignements et réservations de billets : 450 475-8656

DIMANCHE 25 OCTOBRE

Visite de l'exposition gratuite, de 11 h à 16 h,

NOUVEAU!

doublée d'un lancement de livre, à 14 h, de l'écrivaine bien connue, **FRANCINE ALLARD**.
Venez la rencontrer et découvrir ses différentes collections (livres jeunesse, romans, saga historique et poésie).

De belles surprises en perspective!

LE SPECTACLE 2015



Bet.e & Stef

Originaire de Montréal, ce duo tant aimé du public interprète des compositions originales à la touche jazzy-nova, de même que des reprises populaires. Au fil des années, la musique du duo a été diffusée internationalement sur divers CD, compilations et bandes sonores, gagnant le cœur des mélomanes, de Tokyo à Toronto.



Francine Allard
Photo : *Courrier Laval*

Au centre culturel du complexe Jean-Laurin (secteur de Saint-Augustin), 8475, rue Saint-Jacques, Mirabel



SPECTACLE DE NOËL 2015

« Les Turlutins », le samedi 12 décembre, à 10 h 30.
Au centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
17700, rue du Val-d'Espoir (secteur de Saint-Janvier)

Venez vivre une aventure enlevante dans l'univers des « Turlutins »! Retrouvez Griboche, Mutine, Bouftou, Fripon et Lupette dans leur toute dernière aventure, « La chasse aux biscuits ». Elle met en scène les péripéties rocambolesques de cette joyeuse compagnie partie en mission pour le père Noël. Leur objectif : retrouver un précieux paquet à travers une formidable course aux indices parsemés d'embuches. Laissez-vous transporter dans l'univers à la fois théâtral, musical et acrobatique de ces célèbres joueurs de tours.

Coût : 5 $/pers. (gratuit pour les moins de 18 mois)
Billets en vente au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, à partir du 12 novembre 2015.
Une quantité limitée de billets seront également disponibles dans les six bibliothèques. Nous vous invitons à vérifier la disponibilité avant de vous rendre pour en faire l'achat.
Plus de renseignements au 450 475-8656.



ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Aérobie Combinaison de mouvements et d'exercices divers qui visent la mise en forme du cardiovasculaire. Améliore le sommeil et donne de l'énergie. (10 semaines)	**Saint-Janvier** École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 20 h à 21 h	80 $	**AEROB-01**
Aéro zumba Enchainement cardio de pas de danse latine sur musique rythmée. (10 semaines)	**Saint-Janvier** École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 20 h	80 $	**AEROZU-01**
			24 septembre au 26 novembre	Jeudi 20 h à 21 h	80 $	**AEROZU-02**
			3 octobre au 5 décembre	Samedi 13 h à 14 h	80 $	**AEROZU-03**
Anglais (débutant 1) Aucune connaissance de la langue, ou connaissance de quelques mots ou phrases seulement. **Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $**	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin (2e étage)	Adultes	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 19 h à 21 h	105 $	**ANGD1-01**
Anglais (débutant 2) Avoir complété le niveau débutant 1. Vous comprenez des conversations simples avec un vocabulaire plutôt limité. **Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $**	**Saint-Janvier** École secondaire de Mirabel	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 21 h	105 $	**ANGD2-01**
Anglais (débutant 3) Avoir complété le niveau débutant 2. Vous vous exprimez encore avec difficulté, mais vous comprenez de plus en plus les conversations. Vous pourriez arriver à vous faire comprendre en voyage. **Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 38 $**	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin (2e étage)	Adultes	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 19 h à 21 h	105 $	**ANGD3-01**
Anglais de voyage 1 Pour ceux qui désirent se faire comprendre lors d'un voyage à l'étranger. Un survol culturel et des mises en situation sont prévus dans ce cours. **Prévoir l'achat de photocopies au coût de 10 $.**	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 13 h à 15 h	105 $	**ANGV-01**
Anglais conversation 1 Pour ceux qui sont de niveau intermédiaire et qui désirent faire de la conversation anglaise. Discussion sur différents sujets.	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin (2e étage)	Adultes	21 septembre au 23 novembre	Lundi 19 h à 21 h	105 $	**ANGC-01**

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
NOUVEAU **Atelier d'un jour** **À la découverte du mini-cheval** Accompagnés de professionnels, les tout-petits découvriront le quotidien des mini-chevaux, en les manipulant et en prenant soin d'eux. Les enfants doivent être accompagnés d'un parent. Gratuit pour le parent.	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	2 à 5 ans et parents	27 septembre	Dimanche 9 h à 12 h	25 $/enfant (un enfant par parent)	**ATJ-01**
			4 octobre	Dimanche 12 h 30 à 15 h	25 $/enfant (un enfant par parent)	**ATJ-02**
NOUVEAU **Atelier d'un jour** **Mon mini-cheval à la ville** Accompagnés de professionnels, des exercices simples seront proposés dans le but de tisser une relation de confiance avec l'animal, de connaître ses réactions et d'apprendre à bien se comporter avec lui.	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	6 à 9 ans	18 octobre	Dimanche 10 h à 15 h	45 $	**ATJ-03**
NOUVEAU **Atelier d'un jour** **À la découverte du mini-cheval et du poney** Accompagnés de professionnels, des exercices simples seront proposés dans le but de tisser une relation de confiance avec l'animal, de connaître ses réactions et d'apprendre à bien se comporter avec lui.	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	10 à 12 ans	25 octobre	Dimanche 10 h à 15 h	45 $	**ATJ-04**
NOUVEAU **Atelier d'un jour** **Confection de cadeaux gourmands et recettes** Confectionnez des cadeaux gourmands en cuisinant. L'emballage thématique du temps des fêtes est inclus.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	10 décembre	Jeudi 19 h à 22 h	75 $	**ATJ-05**
NOUVEAU **Atelier des futurs écoliers** **Atelier annuel** Petites activités permettant aux enfants qui entreront à l'école en septembre 2016, de socialiser et d'acquérir quelques notions académiques pour les aider dans leur préparation à la rentrée scolaire. (24 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	4-5 ans	19 septembre au 28 novembre et 9 janvier au 30 avril Relâche : 10 octobre (élections), 5 et 26 mars	Samedi 9 h à 12 h	175 $	**ATJ-06**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	4-5 ans	20 septembre au 29 novembre et 10 janvier au 1er mai Relâche : 11 octobre (élections), 6 et 27 mars	Dimanche 9 h à 12 h	175 $	**ATJ-07**
NOUVEAU **Atelier « croissance personnelle »** **ATELIER DE JOUR** Pour vous améliorer sur les plans émotionnel et physique. Apprenez des notions de polarité, kinésiologie, méditation, yoga, etc. Un atelier bénéfique pour vous-même et les gens que vous aimez.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	16 septembre au 18 novembre	Mercredi 13 h à 14 h	125 $	**ATJ-08**
NOUVEAU **Atelier « croissance personnelle »** **ATELIER DE SOIR** Pour vous améliorer sur les plans émotionnel et physique. Apprenez des notions de polarité, kinésiologie, méditation, yoga, etc. Un atelier bénéfique pour vous-même et les gens que vous aimez.	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin (2e étage)	Adultes	16 septembre au 18 novembre	Mercredi 19 h à 20 h	125 $	**ATJ-09**
NOUVEAU **Atelier « écoute ton bébé »** Grâce à l'apprentissage de techniques de base de kinésiologie appliquée, apprenez à mieux communiquer et comprendre votre bébé ou votre fœtus. Vous pourrez, de plus, faire le lien entre un symptôme et les émotions ressenties.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Femmes enceinte (ou parent avec son bébé)	16 septembre au 18 novembre	Mercredi 15 h à 16 h	125 $	**ATJ-10**

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Badminton libre **Priorité aux résidents de Mirabel.** **Les raquettes et les volants ne sont pas fournis.** **Les chaussures faisant des traces noires et/ou utilisées pour l'extérieur ne sont pas acceptées.**	**Saint-Augustin** École Prés-Fleuris	12 à 15 ans	15 septembre au 15 décembre et 12 janvier au 14 juin	Mardi 18 h à 20 h	12 à 18 ans : 1 $ 19 ans et + : 3 $ Non-rés. : 6 $	N/D
		16 ans et +		Mardi 20 h à 22 h 30		
	Saint-Benoît École Girouard	7 à 15 ans (avec parent)	14 septembre au 16 décembre et 11 janvier au 18 mai Relâche : 28 septembre	Mercredi 18 h 30 à 20 h	7 à 18 ans : 1 $ 19 ans et + : 3 $ Non-rés. : 6 $	N/D
		16 ans et +		Mercredi 20 h à 22 h 30		
		16 ans et +		Lundi 20 h à 22 h 30		
	Saint-Janvier École aux Quatre-Vents	7 à 15 ans (avec parent)	14 septembre au 18 décembre et 11 janvier au 27 mai	Vendredi 18 h 30 à 20 h 30	7 à 18 ans : 1 $ 19 ans et + : 3 $ Non-rés. : 6 $	N/D
		12 à 15 ans		Lundi et jeudi 18 h 30 à 20 h 30		
		16 ans et +		Lundi, jeudi et vendredi 20 h 30 à 22 h 30		
	Saint-Canut École Sainte-Anne	12 ans et + (avec parent)	16 septembre au 16 décembre et 13 janvier au 15 juin	Mercredi 18 h 30 à 20 h	12 à 18 ans : 1 $ 19 ans et + : 3 $ Non-rés. : 6 $	N/D
		16 ans et +		Mercredi 20 h à 22 h 30		
	Mirabel-en-Haut École Mer-et-Monde	7 à 15 ans (avec parent)	16 septembre au 16 décembre et 13 janvier au 18 mai	Mercredi 18 h 30 à 20 h	7 à 18 ans : 1 $ 19 ans et + : 3 $ Non-rés. : 6 $	N/D
		16 ans et +		Mercredi 20 h à 21 h 30		
NOUVEAU **Basketball** Initiation par le jeu. Apprentissage de techniques, de développement d'esprit d'équipe, d'entraide et de différentes techniques de jeu. Le programme est enseigné par des instructeurs qualifiés. (8 semaines)	**Saint-Janvier** École secondaire de Mirabel	7 à 12 ans	5 octobre au 30 novembre Relâche : 12 octobre	Lundi 18 h 30 à 19 h 30	75 $	**BASKET-01**
	Saint-Canut École Sainte-Anne (gymnase)	7 à 12 ans	9 octobre au 27 novembre	Vendredi 18 h 30 à 19 h 30	75 $	**BASKET-02**
Bouts de chou (atelier annuel) Les enfants doivent être âgés de 3 ans au 30 septembre 2015 et être « propres ». Les enfants apprennent la socialisation, tout en pratiquant des jeux et des activités éducatives. Les enfants doivent apporter des souliers, un tablier et une collation. (27 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel Jean-Laurin (2e étage)	3 à 5 ans	15 septembre au 3 décembre et 12 janvier au 28 avril Relâche : 29 février au 4 mars	Mardi et jeudi 8 h 30 à 11 h 30	350 $	**BOUT-01**
	Saint-Benoît Centre culturel René-Laurin	3 à 5 ans	14 septembre au 2 décembre et 11 janvier au 27 avril Relâche : 29 février au 4 mars	Lundi et mercredi 8 h 30 à 11 h 30	350 $	**BOUT-02**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	3 à 5 ans	15 septembre au 3 décembre et 12 janvier au 28 avril Relâche : 29 février au 4 mars	Mardi et jeudi 8 h 30 à 11 h 30	350 $	**BOUT-03**

« ATELIERS CARDIO »

Vous avez la possibillité de vous inscrire à 2 cours de conditionnement physique (INTÉRIEUR)* à un prix plus qu'avantageux : Votre 2e cours vous coûtera seulement 55 $!

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Cardio militaire (intérieur) Cours idéal pour une personne de niveau intermédiaire, qui souhaite dépasser ses limites d'endurance cardiovasculaire et musculaire. Cours très exigeant physiquement, mais qui demande peu de coordination. **Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.**	**Saint-Janvier** École secondaire de Mirabel (gymnase)	Adultes	24 septembre au 17 décembre Relâche : 19 novembre	Jeudi 20 h à 21 h	100 $ (12 semaines)	**CARDIOM-01**
	Si vous prenez votre 2e cours de conditionnement physique, utilisez ce code d'inscription				55 $	**CARDIOM-02**
Cardio musculation (extérieur) Activité qui vous procurera bien-être et résultats physiques. Entraînement par intervalles structurés, le programme comprend un échauffement, une période d'effort cardiovasculaire et de la musculation avec bande élastique et matelas d'exercice. Une période de relaxation inspirée du tai-chi clôture chaque séance. **Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.**	**Saint-Janvier** Stationnement de la piste cyclable, rue Charles	Adultes	24 septembre au 10 décembre	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30	100 $ (12 semaines)	**CARDIOM-03**
	Mirabel-en-Haut Parc de la Montagne	Adultes	26 septembre au 12 décembre	Samedi 10 h 15 à 11 h 15	100 $ (12 semaines)	**CARDIOM-04**
Cardio « Piyo » (intérieur) Créé aux États-Unis depuis quelques années, le « Piyo » gagne en popularité et fait ses preuves. Inspiré du pilates et du yoga, cet entrainement combine des exercices de force, de flexibilité et de cardiovasculaire. Par un enchaînement de mouvements dynamiques et efficaces, vous brûlerez le maximum de calories tout en sculptant votre corps. **Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.**	**Saint-Janvier** École de la Croisée-des-Champs (gymnase)	Adultes	22 septembre au 8 décembre	Mardi 19 h à 20 h	100 $ (12 semaines)	**CARDIOP-01**
	Si vous prenez votre 2e cours de conditionnement physique, utilisez ce code d'inscription				55 $	**CARDIOP-02**
Cardio poussette (extérieur) Programme d'entraînement cardiovasculaire et musculaire ne comportant aucun saut. Recommandé par plusieurs physiothérapeutes en rééducation du plancher pelvien. L'entraînement mise sur l'alignement postural et cible les bons exercices pour les abdominaux. De plus, nos entraîneurs formés en état post-natal vérifient la diastase des grands droits causée par la grossesse. Idéal pour les nouvelles mamans qui veulent retrouver la forme. **Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.**	**Sainte-Scholastique** Parc régional du Bois-de-Belle-Rivière	Adultes	24 septembre au 10 décembre	Jeudi 13 h à 14 h	100 $ (12 semaines)	**CARDIOP-03**
Cardio tonus (intérieur ou extérieur) Cours de conditionnement physique complet visant l'amélioration générale de la condition physique. Cet entraînement est très accessible et demande peu de coordination. **Vous devez apporter un tapis et une bande élastique.**	**Saint-Augustin (extérieur)** Parc Pablo-Picasso	Adultes	21 septembre au 7 décembre	Lundi 18 h à 19 h	100 $ (12 semaines)	**CARDIOT-01**
	Saint-Janvier École secondaire de Mirabel (gymnase)	Adultes	21 septembre au 7 décembre	Lundi 19 h 35 à 20 h 35	100 $	**CARDIOT-02**
	Si vous prenez votre 2e cours de conditionnement physique, utilisez ce code d'inscription				55 $	**CARDIOT-03**
	Saint-Augustin École Prés-Fleuris (gymnase)	Adultes	23 septembre au 9 décembre	Mercredi 20 h à 21 h	100 $	**CARDIOT-04**
	Si vous prenez votre 2e cours de conditionnement physique, utilisez ce code d'inscription				55 $	**CARDIOT-05**

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Cirque (activité annuelle) Maximum de 12 participants par groupe. (24 semaines)	**Sainte-Scholastique** Gymnase de l'école Sainte-Scholastique	4 à 6 ans (enfants nés en 2009, 2010 et 2011)	2 octobre au 18 décembre et 8 janvier au 25 mars	Vendredi 18 à 19 h	125 $ (24 semaines)	**CIRQ-01**
		7 à 12 ans (enfants nés entre 2003 et 2008)		Vendredi 19 h à 20 h	125 $ (24 semaines)	**CIRQ-02**
Comédie musicale Les jeunes auront la chance d'apprendre quelques techniques de base du chant et de la danse… et de présenter leurs acquis à la fin de la session. Le plaisir sera de la partie! (12 semaines)	**Saint-Augustin** centre culturel du complexe Jean-Laurin	6 à 9 ans	17 septembre au 26 novembre	Jeudi 18 h à 19 h	50 $ (12 semaines)	**COMED-01**
		10 à 14 ans		Jeudi 19 h à 20 h	50 $ (12 semaines)	**COMED-02**
		15 à 18 ans		Jeudi 20 h à 21 h	50 $ (12 semaines)	**COMED-03**
Courtepointe Matériaux aux frais des participantes.	**Saint-Benoît** Centre culturel du complexe René-Laurin	Adultes	5 octobre au 30 novembre Relâche : 12 et 19 octobre	Lundi 13 h 30 à 16 h 30	70 $	**COURT-01**
				Lundi 18 h 30 à 21 h 30	70 $	**COURT-02**
NOUVEAU **Création picturale** Introduction à des techniques concernant les outils et médiums utilisés pour apprendre à créer des œuvres originales, avec intuition.	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 13 h à 15 h	85 $	**CREAP-01**
				Mardi 19 h à 21 h	85 $	**CREAP-02**
NOUVEAU **Cuistots (Les petits)** Uniquement à l'aide d'un four à micro-ondes, les jeunes accompliront un ou divers plats, dont des entrées, des soupes, des plats principaux et des desserts qu'ils dégusteront sur place. Les recettes seront remises aux jeunes à la fin de l'activité. Les participants souffrant d'allergies alimentaires doivent s'abstenir.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	7 à 12 ans	30 septembre au 18 novembre	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	60 $	**CUIST-01**
Danse baladi Danse gracieuse dont les mouvements ondulent sur de la musique rythmée. Améliore la posture du corps et l'agilité.	**Saint-Janvier** École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix	Adultes	23 septembre au 4 novembre	Mercredi 18 h 15 à 19 h 15	75 $	**DANB-01**
Danse créative Atelier de danse créative pour les enfants, où l'on explore la danse à travers les jeux et l'imagination. L'enfant est amené à prendre conscience de son corps, de son mouvement dans l'espace et à découvrir l'univers de la musique et du rythme. Plaisir assuré.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	2-3 ans	14 septembre au 30 novembre Relâche : 12 et 19 octobre (élections)	Lundi 9 h à 10 h	40 $	**DANC-01**
		3-4 ans		Lundi 10 h à 11 h	40 $	**DANC-02**
	Saint-Janvier Salle polyvalente de l'école secondaire de Mirabel	2 ans (parent-enfant)	12 septembre au 21 novembre Relâche : 10 octobre (élections)	Samedi 9 h à 10 h	40 $	**DANC-03**
		2-3 ans		Samedi 10 h à 11 h	40 $	**DANC-04**
		4-5 ans		Samedi 11 h à 12 h	40 $	**DANC-05**

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Danse créative « Les petits pas du bonheur » À travers diverses thématiques imaginatives, les enfants seront initiés aux bases de la danse et pourront y explorer divers styles, le sens du rythme, le travail de partenariat, l'écoute de soi-même et des autres, et ce, en plus d'intégrer dans leur corps les nombreuses variantes de mouvements. ***Les groupes des 2 à 3 ans doivent être accompagnés d'un parent.**	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	2 à 2 1/2 ans*	12 septembre au 21 novembre Relâche : 10 octobre (élections)	Samedi 9 h à 9 h 50	40 $	**DANCP-01**
		2 1/2 à 3 ans*		Samedi 10 h à 10 h 50	40 $	**DANCP-02**
		3-4 ans		Samedi 11 h à 11 h 50	40 $	**DANCP-03**
		4-5 ans		Samedi 12 h à 12 h 50	40 $	**DANCP-04**
		5-6 ans		Samedi 13 h à 13 h 50	40 $	**DANCP-05**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	2 à 2 1/2 ans*	12 septembre au 21 novembre Relâche : 10 octobre (élections)	Samedi 9 h à 9 h 50	40 $	**DANCP-06**
		2 1/2 à 3 ans*		Samedi 10 h à 10 h 50	40 $	**DANCP-07**
		3-4 ans		Samedi 11 h à 11 h 50	40 $	**DANCP-08**
		4-5 ans		Samedi 12 h à 12 h 50	40 $	**DANCP-09**
		5-6 ans		Samedi 13 h à 13 h 50	40 $	**DANCP-10**
Danse en ligne	**Saint-Augustin** École Prés-Fleuris	Adultes (débutant)	21 septembre au 23 novembre	Lundi 19 h à 20 h	75 $	**DANL-01**
		Adultes **(intermédiaire)**		Lundi 20 h à 21 h	75 $	**DANL-02**
	Saint-Canut **Centre culturel Patrick-Lepage**	Adultes	Veuillez appeler le responsable du « Bonheur de vivre » pour connaître les disponibilités.			
	Saint-Janvier **Centre Évelina-Ouellette**	Adultes	Veuillez appeler le responsable du « Club de l'âge d'or de Saint-Janvier » pour connaître les disponibilités.			
Danse gitane Danse folklorique rythmée de style Esméralda.	**Saint-Janvier** École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix	Adultes	23 septembre au 4 novembre	Mercredi 20 h 15 à 21 h 15	75 $	**DANG-01**
Danse hip hop – jeunes (atelier annuel)	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin (2e étage)	6 à 8 ans	15 septembre au 1er décembre et 12 janvier au 5 avril Relâche : 1er mars	Mardi 18 h à 19 h	80 $	**DANH-01**
		9 à 12 ans		Mardi 19 h à 20 h	80 $	**DANH-02**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	5 à 7 ans (pré-hip hop)	19 septembre au 12 décembre Relâche : 10 octobre (élections) et 16 janvier au 16 avril Relâche : 5 et 26 mars	Samedi 9 h à 10 h	80 $	**DANH-03**
		8 à 10 ans		Samedi 10 h à 11 h	80 $	**DANH-04**
		11 à 14 ans		Samedi 11 h à 12 h	80 $	**DANH-05**

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Danse jazz moderne (atelier annuel) Cet atelier offre à nos jeunes un apprentissage dans lequel on retrouve des éléments de ballet classique, de ballet jazz et de danse moderne. Courte représentation à la fin de la session. **Costume requis :** Maillot noir avec manches courtes et encolure ronde, souliers demi-pointes noirs et collants de ballet rose pâle (disponibles dans les boutiques de vêtements de danse).	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	3 ans	19 septembre au 12 décembre Relâche : 10 octobre (élections) et 16 janvier au 16 avril Relâche : 5 et 26 mars	Samedi 8 h à 8 h 45	80 $	**DANJ-01**
		4 ans		Samedi 9 h à 9 h 45	80 $	**DANJ-02**
		4-5 ans		Samedi 10 h à 10 h 45	80 $	**DANJ-03**
		5 ans		Samedi 11 h à 11 h 45	80 $	**DANJ-04**
		6-7 ans		Samedi 12 h à 13 h	80 $	**DANJ-05**
		8 à 10 ans		Samedi 13 h 15 à 14 h 15	80 $	**DANJ-06**
Danse jazz urbain (atelier annuel) Des notions de ballet jazz, et de jazz moderne et contemporain.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	5-6 ans	18 septembre au 11 décembre Relâche : 9 octobre (élections) et 15 janvier au 15 avril Relâche : 4 et 25 mars	Vendredi 16 h 30 à 17 h 30	80 $	**DANU-01**
		7-8 ans		Vendredi 17 h 30 à 18 h 30	80 $	**DANU-02**
		9 à 11 ans		Vendredi 18 h 30 à 19 h 30	80 $	**DANU-03**
		12 à 14 ans		Vendredi 19 h 30 à 20 h 30	80 $	**DANU-04**
NOUVEAU **Danse « Lady Style » et cardio salsa**	**Saint-Janvier** École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix	Adultes	24 septembre au 5 novembre	Jeudi 20 h à 21 h	75 $ (7 semaines)	**DANSLS-01**
Danse salsa Danse latine sur des musiques rythmées. Se pratique en couple.	**Saint-Janvier** École de danse Rachel Jasmin (2e étage) 17380, rue de la Paix	Adultes	25 septembre au 6 novembre	Vendredi 20 h à 21 h	75 $/pers. (7 semaines)	**DANS-01**
Danse théâtre En plus des exercices de base en danse, les élèves sont amenés à expérimenter divers exercices d'expression corporelle et de création. Ils apprennent à exprimer leurs idées, à les développer et à les pousser plus loin, et aussi à travailler en équipe, à observer et à analyser.	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	6 à 8 ans	15 septembre au 1er décembre	Mardi 18 h à 19 h	50 $	**DANT-01**
		8 à 10 ans		Mardi 19 h à 20 h	50 $	**DANT-02**
Dessin 1 (jeunes) * Voir liste du matériel requis au : www.ville.mirabel.qc.ca	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	7 à 9 ans	26 septembre au 28 novembre	Samedi 9 h à 10 h	50 $	**DESS-01**
		10 à 15 ans		Samedi 10 h à 11 h 30	55 $	**DESS-02**
Dessin 2 (jeunes) Prérequis : avoir suivi le cours dessin 1. * Voir liste du matériel requis au : www.ville.mirabel.qc.ca	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	7 à 9 ans	26 septembre au 28 novembre	Samedi 9 h à 10 h	50 $	**DESS-03**
		10 à 15 ans		Samedi 10 h à 11 h 30	55 $	**DESS-04**
Dessin et science nature Cours basé sur le dessin et la nature. Les jeunes en apprendront au sujet de la nature québécoise, et la dessineront. * Voir liste du matériel requis au : www.ville.mirabel.qc.ca	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	9 à 15 ans	26 septembre au 28 novembre	Samedi 14 h 30 à 15 h 30	50 $	**DESS-05**

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Dessin d'observation Apprentissage du dessin. * Voir liste du matériel requis au : www.ville.mirabel.qc.ca	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 22 h	105 $	**DESSO-01**
Espagnol débutant 1 Aucune connaissance de la langue, ou connaissance de quelques mots ou phrases seulement. **Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 25 $.**	**Saint-Janvier** École secondaire de Mirabel	Adultes	21 septembre au 23 novembre	Lundi 19 h à 21 h	105 $	**ESPD1-01**
Espagnol débutant 2 Atelier s'adressant aux étudiants ayant déjà quelques notions de base ou aux personnes ayant suivi le cours de niveau débutant 1. **Prévoir l'achat d'un manuel au coût de 25 $.**	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 21 h	105 $	**ESPD2-01**
Espagnol de voyage 1 Pour ceux qui désirent se faire comprendre lors d'un voyage dans un pays hispanophone. Un survol culturel et des mises en situation sont prévus dans ce cours. **Veuillez prévoir l'achat de photocopies au coût de 10 $.**	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 13 h à 15 h	105 $	**ESPV1-01**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	Adultes	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 19 h à 21 h	105 $	**ESPV1-02**
	Saint-Janvier École secondaire de Mirabel	Adultes	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 19 h à 21 h	105 $	**ESPV1-03**
Fourmis dégourdies Par le jeu et les activités, les enfants s'initieront à différents sports. Découverte de versions adaptées de soccer, baseball et bien d'autres, tout en s'initiant au travail d'équipe et en développant des habiletés corporelles.	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	3 ans	19 septembre au 28 novembre Relâche : 10 octobre (élections)	Samedi 9 h à 10 h	40 $	**FOURM-01**
		4 ans		Samedi 10 h à 11 h	40 $	**FOURM-02**
		5 ans		Samedi 11 h à 12 h	40 $	**FOURM-03**
Gardiens avertis Cours offert par la Croix-Rouge canadienne aux jeunes de 11 ans et plus. Matériel à apporter : poupée ou toutou, crayon à mine, marqueur et un dîner. **Les enfants demeurent sur place durant l'heure du dîner.**	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	11 ans et +	4 octobre	Dimanche 8 h 30 à 16 h 30	45 $	**GARD-01**
	Saint-Augustin Centre culturel du complexe Jean-Laurin	11 ans et +	15 novembre	Dimanche 8 h 30 à 16 h 30	45 $	**GARD-02**
Golf (cours à l'intérieur) Programme complet et adapté pour chaque niveau. Matériel fourni. (10 semaines)	**Saint-Augustin** Gymnase de l'école Prés-Fleuris	9 à 13 ans	1er octobre au 3 décembre	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30	75 $	**GOLFI-01**
		Adultes (pour tous)		Jeudi 19 h 30 à 21 h	95 $	**GOLFI-02**

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Guitare acoustique S'adresse aux adultes de niveau débutant et aux amateurs ayant des notions de base. Niveau 1 : Débutant Niveau 2 : avoir déjà suivi 1 cours* Niveau 3 : avoir déjà suivi 2 cours* * Les personnes doivent avoir maintenu leur pratique.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	13 ans et + Niveau 1	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 18 h 15 à 19 h 15	75 $	**GUIT-01**
		13 ans et + Niveau 2		Mercredi 19 h 15 à 20 h 15	75 $	**GUIT-02**
		Adultes Niveau 3		Mercredi 20 h 15 à 21 h 15	75 $	**GUIT-03**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	13 ans et + Niveau 1	22 septembre au 24 novembre	Mardi 18 h 15 à 19 h 15	75 $	**GUIT-04**
		13 ans et + Niveau 2		Mardi 19 h 15 à 20 h 15	75 $	**GUIT-05**
		13 ans et + Niveau 3		Mardi 20 h 15 à 21 h 15	75 $	**GUIT-06**
Hockey cosom libre -Priorité aux résidents de Mirabel. -Seulement les buts sont fournis. -Le port d'un casque avec grille ou des lunettes est fortement suggéré. -Aucun bâton avec palette de bois et aucun ruban sur la palette ne sont acceptés. -Les chaussures faisant des traces noires ou utilisées pour l'extérieur ne sont pas acceptées. -La surveillance des parents est requise.	**Mirabel-en-Haut** École Mer-et-Monde	7 à 12 ans	15 septembre au 15 décembre et 12 janvier au 5 avril	Mardi 18 h 30 à 19 h 30	7 à 12 ans : 1 $	N/D
	Saint-Augustin École Prés-Fleuris	6 à 11 ans	18 septembre au 18 décembre et 15 janvier au 17 juin	Vendredi 18 h à 19 h 30	6 à 15 ans : 1 $	N/D
		12 à 15 ans		Vendredi 19 h 30 à 21 h		
	Sainte-Scholastique École Sainte-Scholastique	8 à 15 ans (avec parent)	17 septembre au 17 décembre et 14 janvier au 5 mai	Jeudi 18 h 30 à 20 h	8 à 18 ans : 1 $ 19 ans et + : 3 $	N/D
		16 ans et +		Jeudi 20 h à 21 h 30	Non-rés. : 6 $	
	Saint-Benoît École Girouard	7 à 10 ans	18 septembre au 18 décembre et 15 janvier au 27 mai	Vendredi 18 h 30 à 20 h	7 à 10 ans : 1 $	N/D
Hockey libre sur glace -Priorité aux résidents de Mirabel. -Le port d'un casque est obligatoire.	**Saint-Janvier** Aréna du complexe du Val-d'Espoir	18 ans et +	8 septembre au 17 mai	Mardi 12 h à 13 h	7 $ / séance 14 $/ séance. pour non-rés.	N/D
	Saint-Canut Aréna de Saint-Canut	18 ans et +	10 septembre au 31 mars Relâche : 24 et 31 décembre	Jeudi 10 h 30 à 12 h	7 $ / séance 14 $/ séance. pour non-rés.	N/D

POUR TOUS LES COURS DE JUDO : Tous les élèves doivent se procurer les vêtements à leurs frais. Les prix varient entre 60 $ et 100 $ en moyenne. Les examens ou passages de grades sont aussi aux frais des participants.

Judo – Éveil 3 à 5 ans Cours adapté pour les petits, comprenant le développement moteur, la latéralité (gauche, droite), la discipline individuelle et de groupe. Avec une base technique de 3 mouvements debout et au sol. Présenté sous forme de jeux éducatifs. (14 semaines).	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	3 à 5 ans (débutant)	19 septembre au 19 décembre	Samedi 9 h à 10 h	70 $	**JUDO-01**
		3 à 5 ans (avancé)		Samedi 10 h à 11 h	70 $	**JUDO-02**
Judo – 6 à 8 ans Cours présenté sous forme de jeux éducatifs. Plusieurs activités motrices et correctives pour l'apprentissage de la base technique en judo. Beaucoup de jeux participatifs et de plaisir. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	6 à 8 ans	15 septembre au 19 décembre	Mardi 18 h à 19 h et samedi 11 h à 12 h	85 $	**JUDO-03**

POUR TOUS LES COURS DE JUDO : **Tous les élèves doivent se procurer les vêtements à leurs frais. Les prix varient entre 60 $ et 100 $ en moyenne. Les examens ou passages de grades sont aussi aux frais des participants.**

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Judo – 9 à 11 ans Cours éducatif, ludique et progressif qui mène vers la connaissance et l'application des techniques. Approfondissement de la discipline, méditation, focus, jeux et initiatives progressives aux démonstrations de combats et/ou compétitions. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	9 à 11 ans Niveau 1 et 2	15 septembre au 18 décembre	Mardi 19 h à 20 h et vendredi 18 h à 19 h	85 $	**JUDO-04**
Judo performance – 8 à 12 ans Cours de niveau 1 préparatoire à la compétition avec un volet spécifique sur le développement des filières énergétiques, et axé sur les saines habitudes de vie et les suivis en matière de psychologie sportive. **Obligation d'être inscrit également à un cours régulier de judo.** (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	8 à 12 ans	17 septembre au 17 décembre	Jeudi 18 h à 19 h	85 $	**JUDO-05**
Judo récréatif – 12 à 17 ans Cours de judo récréatif, éducatif et formatif… enfin une formule pour les ados! Jeux en groupe, apprentissage et perfectionnement technique, participation récréative et/ou compétitive. Discipline de groupe, méditation et démonstrations. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	12 à 17 ans Niveau 1 et 2	15 septembre au 18 décembre	Mardi 20 h à 21 h 15 et vendredi 20 h à 21 h 15	85 $	**JUDO-06**
Judo récréatif – 18 ans et + Groupe récréatif avec la possibilité d'un volet démonstratif, compétitif et participatif. Ce programme « En forme pour la vie » vous offre de bouger afin de retrouver le plaisir de la forme physique grâce à la pratique des techniques et formes de judo. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	Adultes Niveau 1 et 2	15 septembre au 18 décembre	Mardi 20 h à 21 h 15 et vendredi 20 h à 21 h 15	140 $	**JUDO-07**
Judo performance – 13 ans et + **Volet pré-compétition** Cours de niveau 1 préparatoire à la compétition avec un volet spécifique sur le développement des filières énergétiques, et axé sur les saines habitudes de vie et les suivis en matière de psychologie sportive. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	13 ans et +	18 septembre au 18 décembre	Vendredi 19 h à 20 h	85 $	**JUDO-08**
		18 ans et +			140 $	**JUDO-09**
Judo extra randori récréatif **Combats libres** **Aussi accessible aux élèves de Ju-jitsu.** Combats souples au sol et debout, avec progression vers un meilleur contrôle technique. Meilleure prestance et assurance dans l'exécution du travail appris en classe technique. Objectif d'une meilleure utilisation de la force et de la technique. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	6 à 17 ans	19 septembre au 19 décembre	Samedi 14 h à 15 h	85 $	**JUDO-10**
		18 ans et +			140 $	**JUDO-11**



Visite de Monsieur Antoine Valois-Fortier, champion olympique! Rendez-vous en septembre, date à venir!

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

POUR TOUS LES COURS DE JU-JITSU ANCESTRAL (JU-KI-DO) : Tous les élèves doivent se procurer les vêtements à leurs frais. Les prix varient entre 60 $ et 100 $ en moyenne. Les examens ou passages de grades sont aussi aux frais des participants.

La voie de la force qui procure la paix par une action juste et par l'union des énergies, telle est la signification du terme JU-KI-DO qui puise directement ses sources ancestrales dans la mythologie nipponne datant des 6e et 7e siècles. L'âme de cet art martial traditionnel japonais est directement issue des guerres qui ont rythmé la vie de l'archipel nippon durant des siècles. C'est à partir de l'étude de l'impact anatomique et physiologique sur le corps de leurs adversaires que les samouraïs ont élaboré et perfectionné des techniques et des stratégies de combats à mains nues ou avec armes, et donné naissance aux fondements historiques et guerriers des samouraïs.

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Ju-jitsu – 6 à 11 ans Cours de conditionnement physique adapté pour la pratique du ju-jitsu. Apprentissage de techniques et suivis stricts de la discipline et des règles de pratique. Jeux ludiques et éducatifs occasionnels. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	6 à 11 ans Niveau 1	17 septembre au 19 décembre	Jeudi 19 h à 20 h et Samedi 12 h 45 à 14 h	85 $	**JUDO-12**
Ju-jitsu – 12 ans et + Conditionnement physique, jeux, techniques dynamiques de frappes, de projections et de clés articulaires, le tout pratiqué dans un très grand respect des formes, de l'aspect et de l'esprit martial. Discipline sportive pour développer l'art de la paix. (14 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	12 à 17 ans Niveau 1 et 2	17 septembre au 19 décembre	Jeudi 20 h à 21 h 15 et Samedi 12 h 45 à 14 h	85 $	**JUDO-13**
		18 ans et +			140 $	JUDO-14

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
« Kangoo jumps » Cours unique! Nouvellement offert au Québec! On s'amuse tout en s'entraînant avec des supers bottes trampolines. Technique qui permet de brûler plus de calories tout en réduisant de 80 % l'impact sur tout le corps. Accessible à tous. Les bottes trampolines sont fournies.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Parent-enfant (6 ans et +)	19 septembre au 5 décembre Relâche : 10 octobre (élections) Relâche : 24 octobre	Samedi 10 h à 10 h 45	45 $ 6 à 17 ans	**KANG-01**
					80 $ 18 ans et +	**KANG-02**
		Adultes		Samedi 11 h à 12 h	80 $	**KANG-03**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	Parent-enfant (6 ans et +)	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 18 h à 18 h 45	45 $ 6 à 17 ans	**KANG-04**
					80 $ 18 ans et +	**KANG-05**
		Adultes	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 19 h à 20 h	80 $	**KANG-06**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Parent-enfant (6 ans et +)	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 18 h à 18 h 45	45 $ 6 à 17 ans	**KANG-07**
					80 $ 18 ans et +	**KANG-08**
		Adultes	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 19 h à 20 h	80 $	**KANG-09**
	Mirabel-en-Haut Salle polyvalente de l'école Mer-et-Monde	Parent-enfant (6 ans et +)	21 septembre au 30 novembre Relâche : 12 octobre	Lundi 18 h 30 à 19 h 15	45 $ 6 à 17 ans	**KANG-10**
					80 $ 18 ans et +	**KANG-11**
		Adultes	21 septembre au 30 novembre Relâche : 12 octobre	Lundi 19 h 30 à 20 h 30	80 $	**KANG-12**

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Karaté **Style Shorinjiryu** **www.sanikukai.ca** (12 semaines) **Kimono aux frais des participants.**	**Saint-Augustin** Gymnase de l'école de la Clé-des-Champs	6 à 8 ans (Parent-enfant)	21 septembre au 10 décembre	Lundi et jeudi 18 h 15 à 19 h	80 $	**KARSTA-01**
		9 à 12 ans		Lundi et jeudi 19 h à 20 h	80 $	**KARSTA-02**
		13 à 17 ans		Lundi et jeudi 20 h à 21 h 30	80 $	**KARSTA-03**
		Adultes			95 $	**KARSTA-04**
Karaté **Style Kenpo** (12 semaines) **Kimono aux frais des participants.**	**Saint-Benoît** Gymnase de l'école Girouard	6 ans et + (Débutant)	22 septembre au 10 décembre	Mardi et jeudi 18 h 30 à 19 h 30	65 $	**KARSTB-01**
		Adultes			85 $	**KARSTB-02**
		6 ans et + (Avancé)		Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 30	65 $	**KARSTB-03**
		Adultes			85 $	**KARSTB-04**
Karaté **Style Shotokan (ask)** (12 semaines) **Kimono aux frais des participants.**	**Saint-Canut** Gymnase de l'école Sainte-Anne	5 à 10 ans (Parent-enfant)	21 septembre au 10 décembre	Lundi et jeudi 18 h à 18 h 45	65 $	**KARSTC-01**
		11 à 17 ans (Déb. - inter.)			65 $	**KARSTC-02**
		Adultes	21 septembre au 10 décembre	Lundi et jeudi 18 h 45 à 20 h 30	85 $	**KARSTC-03**
		11 à 17 ans (Avancé)			65 $	**KARSTC-04**
		Adultes			85 $	**KARSTC-05**
Karaté Pour les cours de niveau initiation, la participation des parents est facultative à la fin du cours. (12 semaines)	**Saint-Janvier** Gymnase de l'école à l'Unisson	4-5 ans (Initiation)	26 septembre au 12 décembre	Samedi 8 h 15 à 9 h	65 $	**KARSTJ-01**
		6-7 ans (Initiation)		Samedi 9 h à 9 h 45	65 $	**KARSTJ-02**
		5 à 7 ans (Initiation)	23 septembre au 9 décembre	Mercredi 17 h 45 à 18 h 30	65 $	**KARSTJ-03**
		8 à 17 ans	26 septembre au 12 décembre	Samedi 9 h 45 à 10 h 45	65 $	**KARSTJ-04**
		Adultes			85 $	**KARSTJ-05**
Karaté **Style Shorinjiryu heijoshin** (12 semaines)	**Sainte-Scholastique** Gymnase de l'école Sainte-Scholastique	4 à 7 ans (Parent-enfant)	26 septembre au 12 décembre	Samedi 9 h à 10 h	65 $	**KARSTS-01**
		8 à 17 ans	21 septembre au 12 décembre	Lundi 19 h à 20 h 30 et Samedi 10 h à 11 h 30	65 $	**KARSTS-02**
		Adultes			85 $	**KARSTS-03**

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Patinage pour bouts de chou Apprentissage du patin sur glace, 30 min./groupe de 10 enfants. Casque, vêtements chauds, patins lacés et mitaines obligatoires. (10 semaines) **Aucun parent sur la patinoire et sur le côté des bandes.** **Votre groupe sera confirmé dans la semaine du 14 septembre.**	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin	3 à 5 ans	2 octobre au 4 décembre	Vendredi À partir de 9 h	35 $	**PATBC-01**
	Saint-Janvier Aréna du complexe du Val-d'Espoir	3 à 5 ans	28 septembre au 30 novembre	Lundi À partir de 8 h 30	35 $	**PATBC-02**
		3 à 5 ans	2 octobre au 4 décembre	Vendredi À partir de 8 h 30	35 $	**PATBC-03**
	Saint-Canut Aréna de Saint-Canut	3 à 5 ans	2 octobre au 4 décembre	Vendredi À partir de 9 h	35 $	**PATBC-04**
Patinage libre 50 ans et +	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin	50 ans et +	1er septembre au 7 avril Relâche : 24 et 31 décembre	Mardi et jeudi 9 h à 10 h 30	Gratuit	N/D
	Saint-Janvier Aréna du complexe du Val-d'Espoir		2 septembre au 15 juin Relâche : 23 décembre	Mercredi 12 h à 13 h	Gratuit	N/D
	Saint-Canut Aréna de Saint-Canut		31 août au 7 avril Relâche : 24 et 31 décembre	Lundi, mercredi et jeudi 9 h à 10 h 30	Gratuit	N/D
Patinage familial libre **Journées de relâche pour le secteur de Saint-Janvier :** 1, 3, 8, 10, 22 et 24 septembre 6, 8, 20 et 22 octobre 3 et 5 novembre 1, 8, 10, 22, 24 et 31 décembre 12, 14, 17, 24, 26 et 31 janvier 2, 4, 21, 23 et 25 février 8, 10, 22 et 24 mars ainsi que les 5 et 7 avril	**Saint-Janvier** Aréna du complexe du Val-d'Espoir	Famille	1er septembre au 7 avril (voir les dates de relâche dans la description de l'activité)	Mardi 15 h à 16 h 30 Jeudi 15 h à 16 h Dimanche 16 h à 17 h 30	Gratuit	N/D
	Saint-Canut Aréna de Saint-Canut		31 août au 6 avril Relâche : 8 novembre; 23 décembre; 17 et 24 janvier	Lundi 15 h à 16 h Mercredi 15 h à 16 h 30 Dimanche 13 h 30 à 15 h	Gratuit	N/D
	Saint-Augustin Aréna du complexe Jean-Laurin		1er septembre au 8 avril Relâche : 25 décembre, 1er, 17 et 24 janvier	Mardi 15 h à 16 h Vendredi 15 h à 16 h Dimanche 15 h à 16 h 30	Gratuit	N/D
Patinage libre **Avec bébé en poussette et enfant du préscolaire.**	**Saint-Augustin** Aréna du complexe Jean-Laurin	Parent avec enfant de moins de 5 ans	2 septembre au 6 avril Relâche : 23 décembre	Mercredi 14 h 30 à 16 h	Gratuit	N/D
	Saint-Janvier Aréna du complexe du Val-d'Espoir		31 août au 13 juin	Lundi 12 h à 13 h	Gratuit	N/D
	Saint-Canut Aréna de Saint-Canut		3 septembre au 7 avril Relâche : 24 et 31 décembre	Jeudi 13 h 30 à 15 h	Gratuit	N/D

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Peinture/dessin « journal créatif » Dans le but de favoriser l'expression de soi, par des activités d'introspection créatives, grâce au pastel, au fusain, aux crayons de bois, à l'aquarelle et à la peinture). * Voir liste du matériel requis au : www.ville.mirabel.qc.ca	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	10 à 15 ans	26 septembre au 28 novembre	Samedi 11 h 30 à 13 h 30	65 $	**PEINTJC-01**
Peinture à l'huile La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville : www.ville.mirabel.qc.ca **Matériaux aux frais des participants.** (12 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	15 septembre au 1er décembre	Mardi 12 h 30 à 15 h 30	135 $	**PEINTH-01**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	Adultes	14 septembre au 14 décembre Relâche : 12 et 19 octobre	Lundi 19 h à 22 h	135 $	**PEINTH-02**
			16 septembre au 2 décembre	Mercredi 19 h à 22 h	135 $	**PEINTH-03**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	14 septembre au 14 décembre Relâche : 12 et 19 octobre (élections)	Lundi 12 h 30 à 15 h 30	135 $	**PEINTH-04**
			16 septembre au 2 décembre	Mercredi 19 h à 22 h	135 $	**PEINTH-05**
Peinture – Jeunes – Éveil artistique Exploration de divers médiums (gouache, collage, dessin). La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville : www.ville.mirabel.qc.ca **Matériaux aux frais des participants.**	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	5 à 7 ans	26 septembre au 28 novembre	Samedi 13 h 30 à 14 h 30	50 $	**PEINTEA-01**
Peinture – Jeunes **Cours de peinture à l'acrylique** Exploration et apprentissage de techniques de base et intermédiaires en peinture à l'acrylique, au rythme de chacun des participants. ***Prérequis pour le niveau 2 : avoir suivi le cours de niveau 1.** La liste du matériel est disponible sur le site Internet de la Ville : www.ville.mirabel.qc.ca **Matériaux aux frais des participants.**	**Saint-Janvier** Centre culturel Joseph-Savard	7 à 15 ans Niveau 1	26 septembre au 28 novembre	Samedi 11 h 30 à 13 h 30	65 $	**PEINTAC-01**
		7 à 15 ans Niveau 2*		Samedi 13 h 30 à 15 h 30	65 $	**PEINTAC-02**



Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Photographie numérique (La) (niveau 1) Pour les appareils compacts évolués et reflex. Ce cours permet d'approfondir les éléments suivants : paramètres techniques, capteurs et bruits, contrôle de l'exposition, composition et impact visuel, retouches faciles, etc. Apportez votre appareil photo et son manuel d'utilisation. (8 semaines)	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	Adultes	21 septembre au 23 novembre Relâche : 12 et 19 octobre	Lundi 19 h à 21 h 30	100 $	**PHOTO-01**
Photographie numérique (La) (niveau 2) Avec cet atelier pratico-pratique, vous participerez à des mini-excursions de photographie à « l'heure magique » et à « l'heure bleue », à des séances de photo de portrait en intérieur et en extérieur, à des diaporamas et à des discussions. (8 semaines)	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	Adultes	23 septembre au 11 novembre	Mercredi 19 h à 21 h 30	100 $	**PHOTO2-01**
Pilates Exercices au sol pour renforcer et tonifier les muscles abdominaux et dorsaux, ainsi que pour améliorer la souplesse.	**Mirabel-en-Haut** Gymnase de l'école Mer-et-Monde	Adultes Niveau 1	16 septembre au 18 novembre	Mercredi 19 h à 20 h	80 $	**PIL-01**
		Adultes Niveau 2		Mercredi 20 h à 21 h	80 $	**PIL-02**
	Saint-Augustin Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes Niveau 1	17 septembre au 19 novembre	Jeudi 19 h à 20 h	80 $	**PIL-03**
		Adultes Niveau 2		Jeudi 20 h à 21 h	80 $	**PIL-04**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes Niveau 1	14 septembre au 30 novembre Relâche : 12 et 19 octobre (élections)	Lundi 19 h à 20 h	80 $	**PIL-05**
		Adultes Niveau 2		Lundi 20 h à 21 h	80 $	**PIL-06**
Relaxation et méditation	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	18 septembre au 20 novembre	Vendredi 13 h 30 à 14 h 45	80 $	**RELAME-01**
Respiration et relaxation (niveau 1) Augmentez votre niveau d'énergie grâce à l'apprentissage de diverses méthodes de respiration. Les cours se terminent par une relaxation hypnotique pour se libérer des tensions. Prévoir une tenue vestimentaire confortable. (7 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	8 septembre au 20 octobre	Mardi 19 h à 20 h	90 $	**RESPI-01**
Respiration et relaxation (niveau 2) Prérequis : avoir suivi le cours du premier niveau et/ou maîtriser la respiration abdominale. (7 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	27 octobre au 8 décembre	Mardi 19 h à 20 h	90 $	**RESPI2-01**
NOUVEAU **Robotique Mindstorm EV3** Les jeunes apprendront la base de la robotique en utilisant des moteurs, des capteurs, un ordinateur et des logiciels. Ils iront même jusqu'à concevoir leur propre robot! (8 semaines)	**Saint-Janvier** École secondaire de Mirabel	7 à 12 ans	1er octobre au 19 novembre	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30	90 $	**ROBOT-01**

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Secouristes avertis Incluant le matériel nécessaire au cours : livre et trousse.	**Saint-Canut** Centre culturel Patrick-Lepage	10 à 15 ans	25 octobre	Dimanche 8 h à 12 h	25 $	**SECA-01**
Soccer Timbits Futsal masculin Mini-joutes amicales. (6 semaines) **Places limitées!**	**Saint-Janvier** Gymnase de l'école secondaire de Mirabel	U6 (2009) (masculin)	3 octobre au 7 novembre	Samedi 8 h à 9 h	40 $	**SOCI-01**
		U7 (2008) (masculin)		Samedi 9 h à 10 h	40 $	**SOCI-02**
				Samedi 10 h à 11 h	40 $	**SOCI-03**
		U8 (2007) (masculin)		Samedi 11 h à 12 h	40 $	**SOCI-04**
				Samedi 12 h à 13 h	40 $	**SOCI-05**
Soccer Timbits Futsal féminin Mini-joutes amicales. (6 semaines) **Places limitées!**	**Saint-Janvier** Gymnase de l'école secondaire de Mirabel	U6 (2009) (féminin)	4 octobre au 8 novembre	Dimanche 8 h à 9 h	40 $	**SOCI-06**
		U7 (2008) (féminin)		Dimanche 9 h à 10 h	40 $	**SOCI-07**
				Dimanche 10 h à 11 h	40 $	**SOCI-08**
		U8 (2007) (féminin)		Dimanche 11 h à 12 h	40 $	**SOCI-09**
				Dimanche 12 h à 13 h	40 $	**SOCI-10**
Stretching Mouvements et techniques d'étirements simples permettant de bien se sentir dans son corps. (12 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	16 septembre au 2 décembre	Mercredi 14 h 30 à 16 h	95 $ 12 semaines	**STRET-01**
« Stretch » yoga Combinaison d'étirements et de yoga. Améliore la souplesse, favorise la concentration et active l'énergie. Vous devez porter une tenue confortable. (10 semaines)	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	14 septembre au 30 novembre Relâche : 16 et 23 novembre	Lundi 19 h 30 à 21 h 30	85 $ 10 semaines	**STRETY-01**
Tai-chi « les 5 éléments » (10 semaines) **Professeur : Linda Schmouth**	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 21 h	85 $ 10 semaines	**TAICHI-01**
Tennis intérieur Activité de niveau débutant. Apportez votre raquette. (12 semaines)	**Saint-Janvier** Gymnase de l'école de la Croisée-des-Champs	8 à 10 ans	23 septembre au 9 décembre	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	40 $	**TENI-01**



Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Touche-à-tout (atelier annuel) Activité pour les enfants qui iront à l'école en septembre 2016. Apprentissage, jeux et notions éducatives sont au programme. Les enfants doivent apporter des souliers, un tablier et un lunch pour le dîner. (27 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin (2e étage)	4-5 ans	15 septembre au 3 décembre et 12 janvier au 28 avril Relâche : 1er au 3 mars	Mardi et jeudi 11 h 30 à 15 h 30	450 $	**TOUC-01**
	Saint-Benoît Centre culturel René-Laurin	4-5 ans	14 septembre au 2 décembre et 11 janvier au 27 avril Relâche : 29 février au 2 mars	Lundi et mercredi 11 h 30 à 15 h 30	450 $	**TOUC-02**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	4-5 ans	15 septembre au 3 décembre et 12 janvier au 28 avril Relâche : 1er au 3 mars	Mardi et jeudi 11 h 30 à 15 h 30	450 $	**TOUC-03**
Tour du monde de Karibou (Le) Par une série de parcours, de jeux, d'exercices et d'animation, les tout-petits sont invités à courir, sauter, danser, rouler et grimper. Les activités visent à développer les habiletés motrices et permettent aux enfants de ressentir la fierté liée à la réussite personnelle, renforçant ainsi leur estime de soi. L'ambiance y est stimulante et souvent agrémentée de musique. L'objectif premier est de s'amuser, tout simplement! **La présence d'un parent est requise.**	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	12 à 16 mois **Poussins coquins**	19 septembre au 5 décembre Relâche : 10 et 24 octobre	Samedi 8 h 30 à 9 h 20	55 $ (Incluant le cahier, l'aimant et une carte d'accès Internet pour la durée de la session)	**KARIB-01**
		16 à 20 mois **Lapins taquins**		Samedi **9 h 30 à 10 h 20**		**KARIB-02**
		20 à 24 mois **Ratons fripons**		Samedi **10 h 30 à 11 h 20**		**KARIB-03**
		2 ans à 2 ans et demi **Oursons mignons**		Samedi 11 h 30 à 12 h 20		**KARIB-04**
		2 ans et demi à 3 ans **P'tits loups filous**		Samedi 12 h 30 à 13 h 20		**KARIB-05**
		3 à 4 ans **Renards débrouillards**		Samedi **13 h 30 à 14 h 20**		**KARIB-06**
		3 à 4 ans **Renards débrouillards (option soccer)**		Samedi **14 h 30 à 15 h 20**		**KARIB-07**



Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Yoga maman-bébé Se fait avec ou sans son bébé âgé de 0 à 6 mois. Pour retrouver sa forme après l'acccouchement, et divertir la mère et son enfant. (12 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	16 septembre au 2 décembre	Mercredi 9 h 30 à 10 h 30	95 $	**YOGMB-01**
Yoga multiniveaux À travers l'apprentissage du yoga, le participant explore divers thèmes, tels les mouvements de la colonne vertébrale, de la mise en forme et des muscles, lui permettant d'en tirer le maximum de bienfaits. **Saint-Janvier 11 semaines.** **Saint-Augustin 12 semaines.**	**Saint-Janvier** Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	17 septembre au 26 novembre	Jeudi 13 h à 14 h 30	90 $ 11 semaines	**YOGM-01**
				Jeudi 18 h 30 à 20 h	90 $ 11 semaines	**YOGM-02**
				Jeudi 20 h à 21 h 30	90$ 11 semaines	**YOGM-03**
	Saint-Augustin Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	16 septembre au 2 décembre	Mercredi 10 h 30 à 12 h	95 $ 12 semaines	**YOGM-04**
				Mercredi 18 h 15 à 19 h 45	95 $ 12 semaines	**YOGM-05**
				Mercredi 19 h 45 à 21 h 15	95 $ 12 semaines	**YOGM-06**
Yoga prénatal Techniques de relaxation et de respiration, ainsi que des postures de yoga pour la femme enceinte. Apporte confort, énergie et calme pendant la grossesse. **Saint-Augustin 12 semaines.** **Saint-Janvier 11 semaines.**	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	Adultes	16 septembre au 2 décembre	Mercredi 13 h à 14 h 30	95 $ 12 semaines	**YOGP-01**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	Adultes	17 septembre au 19 novembre	Jeudi 18 h 30 à 20 h	90 $ 11 semaines	**YOGP-02**
« ZoZologistes » (Les) Ateliers éducatifs portant sur les animaux. Les enfants apprendront à découvrir la faune à travers différentes thématiques. Les apprentissages seront accentués d'activités et d'expériences pour mieux comprendre et se souvenir. Des notions de mathématiques, de calculs de poids, de dimensions et de temps seront aussi enseignées, de façon très visuelle. De plus, ces ateliers permettront la coopération et le développement psychomoteur de l'enfant, tout cela en les captivant et les amusant.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	4-5 ans	14 septembre au 30 novembre Relâche : 12 et 19 octobre (élections)	Lundi 11 h à 12 h	40 $	**ZOZOLO-01**
Zumba Apprentissage de différents pas de danses latines sur des musiques rythmées. Danse individuelle. (10 semaines) **Atelier de 10 semaines seulement, en raison des élections.** **Secteur de Saint-Canut :** **Marilou** **Secteur de Saint-Hermas :** **Chantal Diotte-Croteau**	**Mirabel-en-Haut** École Mer-et-Monde	16 ans et + Multiniveaux	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 19 h 30 à 20 h 30	45 $/16-17 ans	**ZUM-01**
					85 $/18 ans +	**ZUM-02**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	16 ans et + Multiniveaux	21 septembre au 7 décembre Relâche : 12 et 19 octobre	Lundi 19 h à 20 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-03**
					85 $/18 ans +	**ZUM-04**
				Lundi 20 h à 21 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-05**
					85 $/18 ans +	**ZUM-06**
			24 septembre au 26 novembre	Jeudi 19 h à 20 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-07**
					85 $/18 ans +	**ZUM-08**
	Saint-Hermas Centre culturel Honorius-Lafond	16 ans et + Multiniveaux	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 20 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-09**
					85 $/18 ans +	**ZUM-10**

ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS Horaire des inscriptions en page 2

Titre et description	Endroit	Âge	Période	Jour et heure	Coût	Code internet
Zumba (suite) Apprentissage de différents pas de danses latines sur des musiques rythmées. Danse individuelle. (10 semaines) **Atelier de 10 semaines seulement, en raison des élections.** **Secteur de Saint-Augustin :** **Lundi - Véronique** **Mercredi - Julie** **Secteur de Saint-Janvier :** **Véronique**	**Saint-Augustin** École de la Clé-des-Champs	16 ans et + Multiniveaux	22 septembre au 24 novembre	Mardi 19 h à 20 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-11**
					85 $/18 ans +	**ZUM-12**
				Mardi 20 h à 21 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-13**
					85 $/18 ans +	**ZUM-14**
	Saint-Augustin Centre culturel du complexe Jean-Laurin		21 septembre au 7 décembre Relâche : 12 et 19 octobre (élections)	Lundi 19 h 30 à 20 h 30	45 $/16-17 ans	**ZUM-15**
					85 $/18 ans +	**ZUM-16**
			23 septembre au 25 novembre	Mercredi 19 h 30 à 20 h 30	45 $/16-17 ans	**ZUM-17**
					85 $/18 ans +	**ZUM-18**
	Saint-Janvier Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir	16 ans et + Multiniveaux	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 19 h à 20 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-19**
					85 $/18 ans +	**ZUM-20**
				Mercredi 20 h à 21 h	45 $/16-17 ans	**ZUM-21**
					85 $/18 ans +	**ZUM-22**
« Zumbatomic » Spécialement adapté aux besoins des jeunes qui veulent bouger au son de la musique entraînante.	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	4 à 7 ans	21 septembre au 7 décembre Relâche : 12 et 19 octobre (élections)	Lundi 18 h à 18 h 45	45 $	**ZUMAT-01**
		8 à 12 ans		Lundi 18 h 45 à 19 h 30	45 $	**ZUMAT-02**
		4 à 7 ans	23 septembre au 25 novembre	Mercredi 18 h à 18 h 45	45 $	**ZUMAT-03**
		8 à 12 ans		Mercredi 18 h 45 à 19 h 30	45 $	**ZUMAT-04**
	Mirabel-en-Haut École Mer-et-Monde	7 à 12 ans	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 18 h 45 à 19 h 30	45 $	**ZUMAT-05**
	Saint-Canut Centre culturel Patrick-Lepage	7 à 12 ans	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 18 h 15 à 19 h	45 $	**ZUMAT-06**
Zumba « Gold » Programme spécialement conçu pour les gens âgés de 50 ans et plus. Chorégraphies simples et adaptées. Parfait pour ceux qui recherchent l'esprit festif de la zumba, mais qui ont envie d'une activité moins intense comportant moins de sauts. (10 semaines)	**Saint-Augustin** Centre culturel du complexe Jean-Laurin	50 ans et + (débutant)	22 septembre au 24 novembre	Mardi 13 h à 14 h	70 $	**ZUMGO-01**
		50 ans et + (inter. - avancé)		Mardi 14 h à 15 h	70 $	**ZUMGO-02**
		50 ans et + (débutant)	24 septembre au 26 novembre	Jeudi 13 h à 14 h	70 $	**ZUMGO-03**
		50 ans et + (inter. - avancé)		Jeudi 14 h à 15 h	70 $	**ZUMGO-04**



CADETS DE L'AIR ET CADETS DE LA MARINE

CADETS DE L'AIR – ESCADRON 806 OPTIMISTE

Le programme des cadets de l'air offre aux filles et aux garçons, de 12 à 18 ans, une multitude d'activités captivantes : le pilotage, la marche militaire de précision, la survie en forêt, la musique de fanfare, le sport d'équipe, l'art oratoire et plus encore.

Date : tous les samedis, de la mi-septembre à la mi-mai, à 8 h 30

Où : à l'école Henri-Dunant

Remarque : aucuns frais pour l'inscription, les activités, l'uniforme et les camps d'été

Inscription : les mardis soir, dès le 25 août, de 19 h à 21 h,
au 14, boul. Renée-A. Robert, bureau SS6, à Sainte Thérèse

Pour renseignements : 450 433-7874, ou info@escadron806.org

www.escadron806.org – page Facebook : facebook.com/Escadron806

Groupe Facebook : facebook.com/groups/escadron806/



CADETS DE LA LIGUE NAVALE ET LES CADETS DE LA MARINE

Le programme des cadets de la ligue navale s'adresse aux filles et aux garçons de 9 à 12 ans et le programme des Cadets de la marine s'adresse aux filles et aux garçons de 12 à 18 ans.

Date : tous les samedis dès le 19 septembre, à 8 h 30

Où : à l'école Jean-Jacques-Rousseau, à Boisbriand

Activités : musique, voile, secourisme, marche militaire, tir, rafting, voyage international, sans oublier la possibilité de participer à un camps d'été, d'une durée d'une à six semaines

Inscription : le 12 septembre, de 10 h à 12 h, à l'école secondaire
Jean-Jacques-Rousseau, à Boisbriand

Pour renseignements : 450 970-1358, ou www.marine300.com







PARENTS-SECOURS

Depuis 1976



Parents-Secours revient à Mirabel avec un tout nouveau comité très motivé!

Parents-Secours est un organisme à but non lucratif qui assure la sécurité et la protection des enfants et des aînés en offrant un réseau de foyers-refuges sécuritaires représentés par l'affiche-fenêtre, tout en contribuant à promouvoir la prévention par l'information. L'objectif du comité est de recruter des foyers-refuges dans tous les quartiers de Mirabel, afin que ceux-ci demeurent sécuritaires et chaleureux pour nos enfants ainsi que pour nos aînés. Afin de faire connaître aux plus jeunes générations le symbole de confiance et de sécurité du réseau de foyers-refuges, le comité a également pour objectif de développer des trousses d'activités éducatives pour les garderies et les écoles.

Pour cela, nous avons besoin de bénévoles pour les événements, les levées de fonds et le bon roulement de l'organisme dans chaque secteur de Mirabel, et ce, toujours sur une base volontaire.

Pour devenir foyer-refuge et/ou bénévole, écrivez-nous : mirabel@parentssecours.ca.

Et pour nous suivre : facebook.com/groups/psvillemirabel/

LANCEMENT DU COMITÉ

Quand : Le 16 août 2015, de 10 h à 12 h

Lieu : Parc régional du Bois-de-Belle-Rivière

AU MENU LORS DU LANCEMENT :

Conférence de presse, kiosque d'information, « Défi zumba familial » (5 $ / pers.) au profit de Parents-Secours Mirabel.
Plein d'autres surprises vous attendent pour passer un agréable avant-midi en famille!

VIACTIVE



La Ville de Mirabel est très heureuse de s'associer à la FADOQ des Laurentides (Fédération des Aînés) et la DSP (Direction de la santé publique) pour offrir des séances d'exercices gratuites aux 65 ans et plus à Mirabel!

Ces séances seront adaptées aux besoins spécifiques des participants afin que tous en tirent le maximum de bénéfices. Chaque séance comportera une période d'échauffement, d'aérobie, de musculation, d'étirements et de détente.

Lieu : Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir

Quand : Les lundis et jeudis, de 10 h à 11 h

Durée des séances : Variant entre 45 et 60 minutes

Dates : Du 28 septembre au 26 novembre (relâche les 12 et 19 octobre [élections])

Pour plus de détails et inscription : Sonia Brouillette, au 450 434-7796.

ANTENNE UNIVERSITAIRE DU TROISIÈME ÂGE

ATELIERS • COURS • CONFÉRENCES

PROGRAMMATION AUTOMNE 2015 – FORMULE « AUDITEUR LIBRE »
COURS DE JOUR POUR LES 50 ANS ET PLUS



ATELIER D'ÉCRITURE : J'ÉCRIS MA VIE
Les lundis, du 14 septembre au 9 novembre
Le matin, à la bibliothèque municipale de Sainte-Thérèse
L'après-midi, au centre communautaire, à Rosemère
Coût : 135 $

LIAISON DANGEREUSE : HYDROCARBURES ET GÉOPOLITIQUE
Les lundis matin, du 19 octobre au 9 novembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 60 $

SANTÉ VOUS BIEN!
Les mardis matin, du 15 au 29 septembre
Au Centre 50+ Blainville, à Blainville
Coût : 45 $

LA MUSIQUE DANS LES PAYS SCANDIVAVES ET EN RUSSIE
Les lundis après-midi, du 14 septembre au 9 novembre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand
Coût : 95 $

L'ÉCONOMIE, ÇA NOUS CONCERNE TOUS
Les mercredis après-midi, du 4 au 18 novembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

SUR LA ROUTE DU ROMAN AMÉRICAIN
Les mercredis matin, du 14 octobre au 4 novembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 60 $

AMÉRIQUE LATINE : RICHESSES ARTISTIQUES ET ENJEUX POLITIQUES
Les jeudis matin, du 15 au 29 octobre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

AUTOPSIE DE CHEFS-D'ŒUVRE (SÉRIE 3)
Les mardis après-midi, du 15 septembre au 24 novembre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand
(Relâche du 13 au 27 octobre en raison des élections)
Coût : 95 $

L'HISTOIRE DES ÉTATS-UNIS, DES ORIGINES À 1865
Les mardis matin, du 15 septembre au 3 novembre
À la maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 95 $

SENS ET NON-SENS : L'OMBRE DE LA QUÊTE HUMAINE
Les mardis matin, du 15 septembre au 6 octobre
À la bibliothèque Guy-Bélisle, à Saint-Eustache
Coût : 60 $

CONFÉRENCES SCIENTIFIQUES : SUJETS D'ACTUALITÉ
Les jeudis après-midi, du 15 au 29 octobre
À la bibliothèque Guy-Bélisle, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

LES FEMMES DANS L'HISTOIRE DU CHRISTIANISME 1
Les jeudis matin, du 17 septembre au 1er octobre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

SIX COUPLES CÉLÈBRES
Les mercredis matin, du 16 au 30 septembre
À la Maison du citoyen, à Saint-Eustache
Coût : 45 $

POUVOIR POLITIQUE ET ŒUVRES D'ART
Les mardis après-midi, du 13 au 27 octobre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand
Coût : 45 $

LES VARIÉ-THÉ DU MERCREDI

•Vigneault, un voyage intérieur
•Léonard de Vinci (1452-1510)
•Croyez-vous aux ovnis?

Les mercredis après-midi, du 16 au 30 septembre
Le thé sera servi dès 13 h.
À la Maison du citoyen, à Boisbriand, au coût de 45 $
pour la série de trois conférences.

LEUR VIE... QUELLES VIES!

Ernest Hemingway – Cervantès – La Bolduc

Les jeudis après-midi, du 17 septembre au 1er octobre
À la Maison du citoyen, à Boisbriand, au coût de 45 $
pour la série de trois conférences.

Aucun préalable – Aucun examen – Inscription : du 3 août au 2 septembre 2015
Pour renseignements : Chantal Allard, au 450 491-5283, ou Ginette Boyer, au 450 473-2031
Inscription en ligne au www.usherbrooke.ca/uta/crn



ACTIVITÉS OFFERTES À L'ANNÉE

17,4 kilomètres de sentiers de marche en forêt, observation d'oiseaux, randonnées à cheval et tours de poney, rallye nature haute technologie avec GPS et géoguide (fournis), œuvres d'art en nature (Sentier Art3), cirque nature, visites guidées de mai à octobre sur réservation et location de refuges, 18 paniers de disque-golf; le parcours disque-golf est un jeu pour toute la famille.

ACTIVITÉS ESTIVALES

Sentier multisport qui permet la pratique de diverses activités telles que le vélo, la marche et la course à pied (7 kilomètres en forêt)

Pèche à la truite (de mai à octobre)

Location de chapiteaux pour les fêtes de groupes (familiales ou corporatives)

Tournoi provincial disque-golf

Pataugeoire les samedis et dimanches, de 10 h à 19 h

Événement du Sentier Art3 : du 3 au 16 août; le jeudi 6 août « La fête la nuit », à 19 h, et le 16 août, vernissage, de 14 h à 17 h

Plage publique du lundi au vendredi, de 10 h à 18 h, et les samedis et dimanches, de 10 h à 19 h

ACTIVITÉS–ÉVÉNEMENTS AUTOMNAUX

Souper gourmand le vendredi 18 septembre, l'expérience gastronomique des Laurentides. Souper offert avec la collaboration des 2 têtes de cochon! Réservation de billets : 450 258-4924.



Une grande nouveauté à Mirabel! Une expérience gourmande familiale à ne pas manquer!

Mirabel fête l'érable du Québec dans le cadre de la « **Tournée des chefs du Québec** », les 19 et 20 septembre. Spectacles culinaires, dégustations gastronomiques, marché des exposants. Une occasion unique pour rencontrer des chefs reconnus et autres artisans du goût! Renseignements : goutezlequebec.com.

Marche « Les pattes de l'espoir » et « Course Canicross », de la Société canadienne du cancer, le dimanche 27 septembre. Pour des renseignements ou pour participer, communiquez avec Catherine Trudeau par téléphone, au 450 436-2691 ou par courriel, à ctrudeau@quebec.cancer.qc.ca.

« Super festival de musique country », du 28 septembre au 4 octobre. Assistez à de nombreux spectacles musicaux (plus de 40 artistes invités dont le chanteur Cayouche). Renseignements : www.superfestivalar.com.

Les 10, 11 et 12 octobre, vous êtes invités à la **« Fête des couleurs »!** Les visiteurs pourront se promener dans la grande érablière, afin d'observer les magnifiques couleurs automnales.

« Course gourmande », le 12 octobre, demi-marathon, circuits de 1, 2, 5, 10, 15 et 21 kilomètres.
Inscription : lescoursesgourmandes.ca.

ACTIVITÉS HIVERNALES – Sentier de glace et patinoire

Pour en savoir plus, consultez le site Internet : www.boisdebelleriviere.com.

À DÉCOUVRIR

Vous souhaitez découvrir le parc régional du Bois-de-Belle-Rivière de fond en comble? Des tours guidés sont offerts sur réservation pour les groupes. Vous pourrez découvrir l'histoire du parc, les principales espèces animales et végétales qui s'y trouvent, et bien plus! Renseignements : 450 258-4924, poste 224.

Tarifs : **Résidents de Mirabel : gratuit avec preuve d'identité!**

Entrée générale Adultes : 6 $
Enfants : 2 $ (6 à 16 ans)
Chien : 1 $
Laissez-passer annuels disponibles.

Les tarifs sont sujets à changement sans préavis.

Heures d'ouverture :
Ouvert toute l'année, de 9 h 15 à 17 h en semaine, et de 9 h à 17 h, la fin de semaine. De la Fête nationale à la fête du Travail, de 9 h à 18 h, et de 9 h à 19 h, la fin de semaine.

Renseignements :
9009, boul. Arthur-Sauvé, Mirabel
450 258-4924 ou www.boisdebelleriviere.com
info_bbr@b2b2c.ca



Le lieu de rencontre idéal pour les 12 à 17 ans, supervisé par une équipe d'intervenants qualifiés ! L'Association des maisons de jeunes de Mirabel, c'est avant tout six endroits pour les adolescents de la région, ainsi qu'un lieu complémentaire à la famille et à l'école. C'est également un endroit de prise en charge, d'accompagnement, de soutien et de référence vers d'autres organismes. C'est aussi un lieu d'écoute, d'expression et de créativité où l'on encourage le jeune à se mettre en action en prenant part à divers projets : implication dans la communauté, sensibilisation, activités sociales et ludiques, etc. Bref, c'est un lieu d'action et d'interaction où la valeur prédominante est le respect. Pour toute question, contactez-nous :

Secteur	Adresse	Téléphone
Saint-Augustin	8503, rue Saint-Jacques	450 475-7277
Saint-Canut	9625, boul. de Saint-Canut	450 565-2585
Saint-Janvier	13936, boul. du Curé-Labelle	450 435-8137
Saint-Hermas	4261, rue Lalande	450 258-4887
Sainte-Scholastique	9945, rue de Belle-Rivière	450 258-1675
Saint-Benoît	4010, rue Saint-Jean-Baptiste	450 412-0811

VOLET TRAM – TRAVAIL DE RUE À MIRABEL

Secteur de Saint-Janvier : 514 926-5493
Secteurs de Saint-Canut et de Saint-Augustin : 450 602-7373

Administration

Geneviève Demers, directrice adjointe, 450 475-2008, poste 4038;
Audrey Mathieu, coordonnatrice, 450 475-2008, poste 4032;
et Guylaine Lesage, adjointe administrative, 450 475-2091.

Pour souligner notre 20e anniversaire, nous invitons tous les ados de la région, ainsi que leur famille, à visiter le

SALON ADO EXPO
le samedi 3 octobre, de 13 h à 19 h.

Plein d'activités gratuites, touchant tous les intérêts des jeunes :
SPORTS
JEUX VIDÉO
ARTS, etc.

Pour plus de renseignements :
Audrey Mathieu, au 450 475-2008, poste 4032, ou
a.mathieu@mdjmirabel.ca

VIN ET FROMAGE 2015

Le samedi 7 novembre 2015, participez à la soirée Vin et fromage édition 2015, au complexe du Val-d'Espoir, au 17700, rue du Val-d'Espoir, secteur de Saint-Janvier.

En collaboration avec le Club optimiste de Saint-Janvier et l'Association des maisons de jeunes de Mirabel.

Les profits sont versés aux deux organismes.

POUR LES JEUNES DU PÉI OU DU VOLET ALTERNATIF
Venez proposer un projet ou nous aider dans diverses tâches! Votre MDJ pourra vous aider dans votre programme communautaire!

Viens t'amuser, viens t'impliquer, viens nous proposer tes projets !

Aperçu des activités

Soupers communautaires;
Ateliers d'art et salle de musique;
Jeux de table : billard, ping-pong, « baby foot », etc.;
Aide aux devoirs;
Soirées sportives;
Jeux vidéos et Internet;
Sorties de ski, planche à neige, camping, randonnée, etc.;
Soirées cinéma et nuits vidéo;
Spectacle bénéfice;
Prévention, sensibilisation à diverses problématiques jeunesse;
Et bien plus!!

Visitez notre site www.mdjmirabel.ca
Allez cliquer « J'aime » sur notre page Facebook :
Association des MDJ de Mirabel

PROJETS, COMMENTAIRES, SUGGESTIONS

Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire est constamment à la recherche de gens dynamiques et de nouvelles idées. Si vous souhaitez mettre sur pied une activité ou une association susceptible d'intéresser vos concitoyens, ou si vous désirez vous impliquer bénévolement dans un comité déjà existant, nous attendons votre appel au Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, au 450 475-8656.



PARC DU DOMAINE-VERT

10423, montée Sainte-Marianne, Mirabel (sortie 28 de l'autoroute 15 sud, et sortie 23 de l'autoroute 15 nord)
Renseignements : 450 435-6510, poste 223, ou www.domainevert.com

Le parc du Domaine-Vert est un parc forestier intermunicipal à vocation de plein air, situé en milieu urbain. Les activités qui y sont offertes s'adressent à la famille, aux groupes scolaires et aux entreprises. Plusieurs activités vous y attendent pour la saison automnale et hivernale : randonnée pédestre, vélo, ski de fond, raquette, glissade et patin y sont pratiqués. Boutique de location (skis de fond, raquette et tubes pour glisse). Location de salles et d'un chalet pour toutes les occasions. Les bureaux administratifs sont ouverts de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30, du lundi au vendredi.

Gratuit pour les résidents de Mirabel sur présentation d'une pièce d'identité, telle qu'un permis de conduire. Il est à noter que les frais pour les activités et les équipements s'appliquent (D'Arbre en Arbre, camp de jour, cours, location, etc.).

École de ski de fond du parc du Domaine-Vert

Surveillez notre site Internet pour connaître la procédure d'inscription et les tarifs.



GRAND WEEK-END DU 30e ANNIVERSAIRE DU PARC DU DOMAINE-VERT, LES 17 et 18 OCTOBRE

Samedi 17 octobre

La course des Fondeurs (course en forêt). Inscription et renseignements : www.fondeurslaurentides.com.

La grande collecte journée de récupération de raquettes et de ski de fond. Apportez vos équipements usagés qui seront remis en état et offerts à des familles de la région. Un cadeau vous attend!

Dimanche 18 octobre

La journée des citoyens, de 13 h à 17 h, les citoyens des villes de la régie sont invités à découvrir le parc et son histoire. Au menu : exposition de photos et d'archives, conférence sur la flore, collation santé et hot-dogs, parcours D'Arbre en Arbre (rabais $), rallye « Famille plein air », « Le parc raconté », kiosques des partenaires, et plusieurs surprises!



D'ARBRE EN ARBRE MIRABEL (réservations requises)

10423, montée Sainte-Marianne, Mirabel (sortie 28 de l'autoroute 15 sud, et sortie 23 de l'autoroute 15 nord)
Renseignements : 450 433-9773 – www.arbreenarbre.com

C'est de l'hébertisme aérien à la cime des arbres, situé sur le site enchanteur du parc du Domaine-Vert. Un défi à relever en famille. Un circuit d'émotions fortes qui serpente la forêt. Venez explorer la beauté et la diversité de nos aménagements. Accédez à la cime des arbres en expérimentant nos tyroliennes, en grimpant dans les filets, en exécutant le saut de tarzan...

NOUVEAUTÉ :
Parcours familial, des défis à la hauteur de vos attentes!
S'adresse aux familles ayant des enfants de 10 ans et plus.

Une centaine de défis à relever selon votre forme physique ! Vivez un dépassement personnel sous la supervision de patrouilleurs formés et accrédités pour votre sécurité. Pour vous donner un avant-goût, visionnez notre vidéo en ligne.

Réservations requises. Ouvert à l'année.



MAISON DE LA FAMILLE DE MIRABEL
Un parent informé permet à son jeune enfant ou son adolescent d'être mieux outillé!
8106 C, rue de Belle-Rivière, Mirabel, Québec J7N 2V8
Renseignements : 450 258-2121, poste 200
www.mfdemirabel.com - info@mfdemirabel.com

Vous êtes à la recherche d'activités à faire en famille? Vous avez besoin de conseils et d'outils pour améliorer vos relations et renforcer vos liens familiaux? La Maison de la famille offre un milieu de vie qui répond à ces besoins.

Afin de vous aider à faire face à la routine de la vie quotidienne, nous avons des outils pour vous aider :

« Bedon plein » est une marionnette qui aide les enfants de 3 à 12 ans à faire de bons choix pour leur déjeuner ainsi que dans leur boîte à lunch. Son coffre à outil est très rempli :

« Bedon plein! Bon matin » est un aimant pour frigo en forme de marionnette. L'enfant est invité à déposer sur le ventre de la marionnette, les aliments qu'ils souhaitent pour le petit déjeuner (10 $).

« Bedon plein! Boîte à lunch » est un jeu de cartes qui aide l'enfant à faire son lunch complet sur le plan des groupes alimentaires (5 $).

« Une journée dans la vie de Bedon plein! » est un livre qui amuse les enfants autant que les parents (3 $).

La trousse complète est en vente à la Maison de la Famille, au coût de 15 $.

« La trousse défi parent 5-30 », cinq mots doux et trente minutes d'activités par jour. Un dépôt de 5 $ est requis pour l'emprunt de la trousse. Cette trousse vous offre plein d'idées d'activités, de jeux et de conseils pour concilier votre vie familiale, afin de passer trente minutes de qualité avec votre enfant, et ce, pour un mois!

NOS ATELIERS ET ACTIVITÉS PERMANENTS :

Atelier « Son des gamins » (3 à 5 ans)

Atelier langage des signes (à partir de 10 mois) ($)

Atelier massage bébé/enfant (3 à 9 mois) ($)

Atelier « Bébé Litou » (pour les 12 à 36 mois)

Atelier « Bébé s'éveille 1 » (pour les 2 à 8 mois)

Atelier « Couponing » – Atelier « Troc-Tes-Trucs »

Atelier sur les purées pour bébés – Atelier Espace-Parent

« Bonne Boîte Bonne Bouffe » points de chute : Complexe Jean-Laurin, entre 15 h et 18 h

Cuisine collective à Saint-Benoît, Sainte-Scholastique et Saint-Janvier

Club de lecture / Cuisine de base (adultes)

Déjeuner-causerie

Halte-garderie « La Mirabelline » vous offre un répit, les mardis et les mercredis, de 9 h à 15 h 30. Des frais d'inscription annuels de 25 $ sont exigés pour le 1er enfant, et de 15 $ pour les suivants. Coût de 7 $ par jour.

Halte-allaitement / Rencontres prénatales ($)

« Bonne boîte bonne bouffe » points de chute au complexe Jean-Laurin, entre 15 h et 18 h.

Devenez membre de la Maison de la famille **gratuitement** en remplissant le formulaire sur notre site Internet, et restez informé de nos activités!
Suivez-nous sur Facebook : www.facebook.com/mfdemirabel, ou consultez notre site Internet : www.mfdemirabel.com

Cet automne, surveillez les conférences données par la Maison de la Famille dans une école près de chez vous et la formation **« Parent-guide, parent-complice »**.

BIBLIOTHÈQUE DE MIRABEL

SÉRIE DE CONFÉRENCES – AUTOMNE 2015 – BIBLIO JAN

INSCRIPTION OBLIGATOIRE
Début des inscriptions lundi 24 août, à 11 h
Sauf heure du conte et ateliers de création littéraire



Tout le monde en parle, l'envers du décor

Avec **Carole-Andrée Laniel,** rédactrice en chef de l'émission « Tout le monde en parle »

Le jeudi 10 septembre, à 19 h

L'auteure nous donne un accès unique aux coulisses de TLMEP et à ses secrets de fabrication, du choix des invités jusqu'au montage final. Guy A. Lepage, Dany Turcotte et André Ducharme se sont amusés à y mettre leur grain de sel avec des commentaires drôles, piquants ou émouvants.



Les réseaux sociaux m'ont sauvée

Avec **Julie Philippon**

Le lundi 21 septembre, à 19 h

Comme maman d'enfants différents, comme proche aidante et comme individu, les réseaux sociaux m'ont sauvée!



L'anarchie culinaire selon « Bob le chef »

Avec **Bob le chef**

Le lundi 5 octobre, à 19 h

Depuis 2005, Robert James Penny, alias Bob le chef, sévit sur les interwebs avec son Anarchie Culinaire. Son but: Initier les jeunes à l'art culinaire. Sur un ton humoristique, parfois irrévérencieux, mais jamais prétentieux.



Le « Pharmachien »

Avec **Olivier Bernard**

Le lundi 19 octobre, à 19 h

Le « Pharmachien » vous propose sa vision impertinente et réaliste de la santé, des médicaments et de différents personnages qui peuplent les hôpitaux et les cliniques de médecines douces! Si le rire est une forme de thérapie, eh bien ce livre devrait vous guérir en « tabarnouche »!



Pour en finir avec la conciliation travail/famille!

Avec **Danielle Verville**

Le jeudi 5 novembre, à 19 h

On ne change pas le monde avec une mijoteuse! Elle raconte avec humour le parcours d'une femme qui élève ses enfants dans une société qui a perdu ses repères. Gestion de la vie privée comme celle d'une entreprise, quête de la perfection, recherche du salut dans l'écologie… Les rêves sont souvent déboulonnés et, malgré ce que prêche Martha Steward le crémage des cupcakes n'est jamais parfait!


Photo : La Presse

Walmart – Journal d'un associé

Avec **Hugo Meunier**

Le jeudi 12 novembre, à 19 h

Journaliste à *La Presse*, Hugo Meunier s'est infiltré pendant trois mois dans une succursale de Walmart, au nord de Montréal. Pendant sa vie d'« associé », il a tenu un journal dans lequel il a consigné avec humour les anecdotes de son quotidien.



Mozart, musique de vérité

Avec **Maurice Rhéaume**

Le lundi 16 novembre, à 19 h

De tous les compositeurs, Mozart est sans contredit celui qui séduit d'emblée. Le médecin Alfred Tomatis déclare que la musique de Mozart est « l'exception parmi les exceptions, elle détient un pouvoir libérateur, curatif, pour ne pas dire guérisseur ».





INSCRIPTION OBLIGATOIRE
Début des inscriptions lundi 24 août, à 11 h
Sauf heure du conte et ateliers de création littéraire

SPECTACLES

Pour les 3 ans et plus – À 18 h 45

SPECTACLE D'HALLOWEEN

MANU ET VAMPIRUS LE FROUSSARD
Mardi 27 octobre **BIBLIO JAN**



Début des inscriptions : le 1er octobre



SPECTACLE DE NOËL
LE NOËL DE MADAME SACOCHE
Lundi 7 décembre **BIBLIO JAN**

Début des inscriptions : le 1er décembre

HEURES DU CONTE EN PYJAMA

Pour les 3 ans et plus – À 18 h 45

SEPTEMBRE : LES GRENOUILLES
Mardi 29 septembre **BIBLIO AUG**
Mercredi 30 septembre **BIBLIO JAN**

OCTOBRE : HALLOWEEN
SPECTACLE Mardi 27 octobre **BIBLIO JAN**
Mercredi 28 octobre **BIBLIO AUG**
Mercredi 29 octobre **BIBLIO CAN**

NOVEMBRE : LES ANIMAUX MALINS
Mardi 24 novembre **BIBLIO AUG**
Mercredi 25 novembre **BIBLIO JAN**

DÉCEMBRE : NOËL
SPECTACLE Lundi 7 décembre **BIBLIO JAN**
Mardi 15 décembre **BIBLIO AUG**
Mercredi 16 décembre **BIBLIO CAN**

Début des inscriptions : le 1er jour du mois

ACTIVITÉS THÉMATIQUES – pour les 6 à 12 ans

SPECTACLE DE MAGIE AVEC « MAGISLAIN »
Jeudi 17 septembre, à 18 h 45
BIBLIO JAN



« DRAGOUILLES TON NOËL »
Vendredi 27 novembre, à 19 h
BIBLIO JAN



DES FILMS À LA BIBLIOTHÈQUE!

Programmation pour enfants – Durée : 51 minutes

PIMP MA BOTTE
LE VOL DES DINOSAURES
HOLD-UP AU FAR WEST
L'INVASION DES CRUSTACÉS DE L'ESPACE
OPÉRATION COUCOU
TOUT PEUT S'ANIMER
Samedi 7 novembre, à 11 h **BIBLIO AUG**
Samedi 21 novembre, à 11 h **BIBLIO CAN**





INSCRIPTION OBLIGATOIRE
Début des inscriptions lundi 24 août, à 11 h
Sauf heure du conte et ateliers de création littéraire

SEMAINE DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES
Du 17 au 24 octobre – BIBLIO JAN





ACTIVITÉ GRATUITE
POUR LES 11 ANS ET PLUS



SOIRÉE DÉCOUVERTE À LA BIBLIOTHÈQUE













Un animateur apporte des jeux pour adultes et adolescents.

Il les présente et en explique les règlements.

Il ne vous reste qu'à vous amuser!

Le vendredi 23 octobre
de 18 h à 22 h
(heure d'arrivée au moment qui vous convient)
à
La bibliothèque
du Secteur de Saint-Janvier
17710, rue du Val-d'Espoir

PRIX
DE
PRÉSENCE!

Activité organisée dans le cadre de la
Semaine des bibliothèques publiques












Et bien d'autres jeux !

Inscription en ligne ou par téléphone 450 475-2011 pendant les heures d'ouverture.

Conférence : le « Pharmachien »

Avec **Olivier Bernard**
Le lundi 19 octobre, à 19 h

Rencontre d'auteur : « Madame Chose »

Avec **Geneviève Pettersen**

Le mardi 20 octobre, à 19 h

Après son roman *La déesse des mouches à feu*, Geneviève Pettersen reprend la plume sous son pseudonyme « Madame Chose ». Ce personnage, dont les lecteurs de *La Presse +* peuvent lire les chroniques, propose un contenu avec le ton humoristique et irrévérencieux qu'on lui connaît.

« Madame Chose » fait un portrait du couple québécois, mais aussi de son propre couple. Fidèle à son habitude, elle offre ses conseils pour trouver l'amour et enseigne les pièges à éviter pour ne pas foncer droit dans un mur.





INSCRIPTION OBLIGATOIRE
Début des inscriptions lundi 24 août, à 11 h
Sauf heure du conte et ateliers de création littéraire

ATELIERS DE CRÉATION LITTÉRAIRE

Ces ateliers s'adressent à tous ceux qui caressent des projets d'écriture créative.

• **QUAND?** Les lundis 14 et 28 septembre, 26 octobre, ainsi que les 9 et 23 novembre, de 13 h 30 à 16 h ou de 19 h à 21 h 30.

• **OÙ?** À la bibliothèque du secteur de Saint-Janvier.

•**ANIMATRICE** : Nicole Lapointe.

•**COÛT** : 40 $ pour les 5 ateliers.

•**DÉBUT DES INSCRIPTIONS** : lundi 27 juillet, dès 11 h.

Pour plus de renseignements, rendez-vous à la bibliothèque ou sur le site Internet : **www.ville.mirabel.qc.ca/biblio**

Vous pouvez vous procurer le formulaire d'inscription à la bibliothèque ou sur notre catalogue en ligne.



RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Les activités sont gratuites,
sauf les ateliers de création littéraire, et sont offertes à tous les citoyens de Mirabel.

Toutefois, la priorité est donnée aux abonnés de la bibliothèque.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription obligatoire.
Le nombre de places est limité pour chaque activité.
Début des inscriptions : 24 août
Sauf les heures du conte et les ateliers de création littéraire (voir description des activités de cette programmation ou sur le catalogue en ligne)

COMMENT S'INSCRIRE

Par Internet :
www.ville.mirabel.qc.ca/biblio
Pendant les heures d'ouverture
Par téléphone, au 450 475-2011
Prière de ne pas laisser de message sur la boîte vocale.
À la bibliothèque.

CODES ET COORDONNÉES

BIBLIO AUG
Bibliothèque de Saint-Augustin, 15005, rue des Saules
BIBLIO CAN
Bibliothèque de Saint-Canut, 9950, boul. de Saint-Canut
BIBLIO JAN
Bibliothèque de Saint-Janvier, 17710, rue du Val-d'Espoir

PORTAIL DES ORGANISMES

Consultez le nouveau portail informatique destiné à faire connaître les organismes communautaires, artistiques, sportifs et de plein air, ainsi que les événements qu'ils organisent !

Pour ce faire, vous devez aller sur le site de la Ville, à l'adresse : www.ville.mirabel.qc.ca, sous l'onglet « Calendrier/Organismes » dans la bande grise, à gauche dans le haut de la page.

LES PARCS

Consultez le site Internet de la Ville pour avoir les noms, les adresses et les équipements disponibles pour tous les parcs de la Ville !

Pour ce faire, vous devez aller sur le site de la Ville, à l'adresse : www.ville.mirabel.qc.ca, et cliquer sur l'onglet « Espaces verts » dans la section « Découvrir Mirabel » en haut à gauche. Cliquez ensuite sur le lien en bleu, et la liste des parcs apparaîtra.

LE MIRABEL VOUS INFORME

Consultez le nouveau bulletin municipal *Mirabel vous informe*, publié aux deux semaines et distribué le mercredi, dans le « Publisac ».



SITES DES ACTIVITÉS

SECTEUR DE SAINT-AUGUSTIN


Centre culturel du complexe Jean-Laurin
8475, rue Saint-Jacques - 450 475-6075


Aréna du complexe Jean-Laurin
8505, rue Saint-Jacques - 450 475-2044


Centre de l'Harmonie
8469, rue Saint-Jacques

École Prés-Fleuris (gymnase)
15074, rue de Saint-Augustin

École la Clé-des-Champs (gymnase)
14700, rue Jean-Simon

SECTEUR DE SAINT-JANVIER

Centre culturel Joseph-Savard
et local du Cercle de fermières de Saint-Janvier
13908, boulevard du Curé-Labelle


Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
17700, rue du Val-d'Espoir - 450 971-1811


Aréna du complexe du Val-d'Espoir
17750, rue du Val-d'Espoir - 450 971-5200


Édifice Évelina-Ouellette
13816, rue de l'Église


École de la Croisée-des-Champs (gymnase)
13705, rue Lacroix


École aux Quatre-Vents (gymnase)
13815, rue Therrien
(entrée par la cour arrière)

École à l'Unisson (gymnase)
13300, rue Paul-VI


École secondaire Mirabel
17777, rue du Val-d'Espoir

SECTEUR DE SAINT-HERMAS


Centre culturel Honorius-Lafond
4305, rue Lalande

Centre communautaire
4261, rue Lalande

SECTEUR DE SAINTE-SCHOLASTIQUE


Centre culturel (édifice Landry)
9945, rue de Belle-Rivière

École Sainte-Scholastique (gymnase)
9290, côte des Saints

SECTEUR DE SAINT-BENOÎT


Centre culturel René-Laurin
9156, rue Sainte-Madeleine


École Girouard (gymnase)
9030, rue Dumouchel

SECTEUR DE SAINT-CANUT


Centre culturel Patrick-Lepage
9950, boulevard de Saint-Canut

École Sainte-Anne (gymnase)
9984, boulevard de Saint-Canut


Aréna de Saint-Canut
15005, rue Dupuis - 450 438-8624

SECTEUR DE MIRABEL-EN-HAUT

École Mer-et-Monde
16905, rue de l'Ambre

Parc de la Montagne
16655, rue des Quatre-Saisons

SECTEUR DU DOMAINE-VERT SUD

Parc des Champions
17475, rue du Grand-Prix

SECTEUR DU DOMAINE-VERT NORD

Parc Jacques-Beauchamp
17675, rue Notre-Dame

Parc des Intendants
(entrée par la rue Jacques-Cartier)

PARC RÉGIONAL DU BOIS-DE-BELLE-RIVIÈRE

9909, route Arthur-Sauvé

PARC DU DOMAINE-VERT

10423, montée Sainte-Marianne

LISTE DES COMITÉS ET ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

Comités sport et plein air

Association de soccer FC Challenger
Richard Pageau, président
450 475-2062

Association du baseball mineur de Mirabel
Martin Lamothe, président
450 818-4432

Association du hockey féminin des Laurentides
Nathalie Soucy, présidente
450 971-4927

Association du hockey sur glace de Mirabel
Éric Turpin, président
450 419-4446

Association régionale de football Les Lions Laurentides-Lanaudière
Jocelyn Lirette, délégué
joclirette@gmail.com

Association de ringuette de Blainville, Mirabel et Sainte-Thérèse
Mathieu Laferrière, président
514 830-9488

Parc régional du Bois-de-Belle-Rivière
Stéphane Michaud, directeur
450 258-4924

Club cycliste l'Échappée
Anne-Marie Poisson, responsable
514 571-8497

Club de patinage artistique Unibel
Marie Chantal Tremblay, présidente
450 475-2060

Club de patinage de vitesse de Mirabel
Patrick Bisaillon, président
450 979-4646

Club d'ornithologie de Mirabel
Normande Lapensée, présidente
450 472-5676

Club équestre de Mirabel
Luc Cousineau, président
514 724-9019

Comité de tennis Mirabel
Yves Dériger, président
450 434-9426

Gym Plus
450 965-8609

Parc du Domaine-Vert
Renseignements
450 435-6510

Pétanque Mirabel
Guy Huneault
450 434-2521

Parc linéaire le P'tit Train du Nord
1 800-561-6673

Tournoi provincial de hockey novice et junior de Mirabel
Julie St-Jean, présidente
450 433-8238

Tournoi provincial de soccer FC Challenger
Renseignements : **450 475-2062**

Cercle de fermières



Cercle de fermières de Saint-Augustin
Carole-Anne Leblanc, conseillère, **450 822-0825** cfqstaugustin@gmail.com
Site Internet : www.cfqstaugustin.com
Ouvert aux femmes de 14 ans et plus.
100e anniversaire du Cercle de fermières du Québec : « On fleurit la Ville »

Centre de l'Harmonie
- Les premiers mercredis du mois : assemblée mensuelle débutant le 9 septembre
- Les mardis, de 13 h à 16 h : rencontres/ateliers
- Dîner de l'Halloween, le 27 octobre

Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Whist militaire, le 16 octobre
- Souper de Noël, le 2 décembre
- Clinique de sang, le 7 décembre



Cercle de fermières de Saint-Benoît
Marlène Vallée, présidente, **450 562-3618** cfq1616@hotmail.com

Centre culturel René-Laurin
- Le 2e mardi du mois : assemblée mensuelle débutant en septembre
- Le 4e mardi du mois : ateliers dirigés
- Les lundis : activités libres, de 9 h à 16 h
- Souper spaghetti pour la Fondation OLO, le 13 octobre
- Clinique de sang, le 23 octobre
- Exposition annuelle, les 7 et 8 novembre



Cercle de fermières de Saint-Canut
Marie-Rose Soucy, présidente, **450 436-1370** marie-rosesoucy@hotmail.com

Centre culturel Patrick-Lepage (accès par la porte arrière du centre)
- Le 2e mercredi du mois : assemblée mensuelle
- Tous les mercredis : ateliers libres, de 10 h à 16 h
  Journée d'automne de la Fédération 16, le 26 août
- Vente de Noël, le 15 novembre
- Fin des activités, le 9 décembre



Cercle de fermières de Saint-Janvier
Jeanne Garand, présidente, **450 435-6799** mcgrathgjeanne@videotron.ca
fermieresstjanvier@gmail.com

Centre culturel Joseph-Savard
- Le 2e mardi du mois : assemblée mensuelle, à 19 h
- Tous les lundis du mois : artisanat libre, de 13 h à 16 h
- Tous les mercredis du mois : ateliers avec thème, de 13 h à 16 h
- Une fois par mois : ateliers libres, en soirée (date à déterminer)
- Divers événements sont au programme : épluchette de blé-d'Inde, atelier de fabrication de lavette à vaisselle, cours de tricot et de couture, cours de cuisine, réunions mensuelles, souper de Noël. Veuillez vous renseigner sur les dates exactes de ces activités en composant le 450 419-6902.

Les ateliers sont gratuits pour les membres. Les frais sont de 5 $ par atelier pour les non-membres.

Clubs de l'âge d'or

Club de l'âge d'or de Saint-Augustin
Jacques Labelle, président, **450 475-0268** jacqueslabelle5125@gmail.com

Centre de l'Harmonie
- Les mercredis, débutant en septembre, de 13 h à 16 h : cartes
- Le 3e jeudi du mois : bingo
- Les jeudis, de 19 h à 21 h : pétanque
- Élections en septembre

Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Soirées de danse, les 19 septembre, 17 octobre et 21 novembre
- Souper des Fêtes, le 12 décembre, musique avec Angèle

Clubs de l'âge d'or

Club de l'âge d'or de Saint-Benoît
Jacqueline Cardinal, présidente, **450 258-4330**
Début de la saison de quilles, au salon de quilles du Parc,à Saint-Eustache, le 21 août
Centre culturel René-Laurin
- Portes ouvertes, le 10 septembre

Chalet du Ruisseau
- Soirée de danse, le 31 octobre, à 19 h, musique avec Angèle
- Souper Interclub, le 14 novembre, à 18 h, musique avec Angèle
- Dîner des quilleurs, le 6 décembre, à 12 h, suivi de musique avec Angèle

Le bonheur de vivre de Saint-Canut
Serge Fecteau, président, **450 560-9163**
Centre culturel Patrick-Lepage
- Épluchette de blé-d'Inde (avec hot-dog, café et dessert), dès 13 h 30, et souper et activités libres, dès 17 h 30, le 8 septembre,
- Les mardis, du 15 septembre au 1er décembre, de 9 h 30 à 11 h 30 : danse, jeux de cartes et « shuffle board »
- Jeux de pétanque et baseball-poches, les 15 et 22 septembre, les 6 et 20 octobre, les 3, 10 et 24 novembre, le 1er décembre, de 13 h à 16 h
- Olympiade de chiens, les 22 septembre, 20 octobre et 24 novembre, de 13 h à 16 h
- Whist militaire, les 15 septembre, 6 octobre, 3 novembre et 1er décembre, à 19 h
- Baseball-poches, à 13 h, et tournoi de pétanque, à 15 h, les 29 septembre et le 17 novembre, se terminant en soirée
- Pétanque, à 13 h, et tournoi de baseball-poches, à 15 h, le 13 octobre
- Pétanque, à 13 h, et tournoi de « shuffle board », à 15 h, le 27 octobre, se terminant en soirée
- Baseball-poches, le 27 octobre, à 15 h
- Bingo et cadeaux, le 10 novembre, de 13 h à 16 h
- Poker, aux deux jeudis, du 12 septembre au 10 décembre
- Bowling, tous les jeudis, à 13 h (à Saint-Janvier, 2e étage)
- Souper des fêtes (40 ans du club) et danse avec J.A. Gamache, le 8 décembre, dès 17 h
- Souper de Noël et bowling, le 17 décembre, dès 16 h 30

Club de l'âge d'or de Saint-Janvier
Jean-Pierre Paiement, président, **450 435-3455**
Madeleine Larose, vice-présidente, **450 435-4969**
Centre Evelina-Ouellette
- Les lundis, à 13 h : baseball-poches, et à 19 h : pétanque (début des 2 activité le 7 septembre)
- Les mercredis, à 13 h : pétanque (début le 9 septembre)
- Le 3e mercredi du mois : dîner communautaire et bingo, dès octobre
- Le 2e vendredi du mois, à 19 h : Whist militaire, dès octobre
- Tous les jeudis, débutant le 10 septembre : cours de danse en ligne (5 $), avec Michel et Nicole Bernier. Niveau débutant, de 13 h 30 à 14 h 30, et de 18 h 30 à 19 h 30. Niveau inter-avancé, de 14 h 45 à 15 h 45, et de 19 h 45 à 20 h 45
- Épluchette de blé-d'Inde, le 2 septembre, à 19 h

Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
- Soirée de danse, le 17 octobre, avec Michel et Nicole Bernier
- Souper suivi de danse, le 14 novembre, avec Michel et Nicole Bernier

Comités communautaires et culturels

Les Aînés de Sainte-Scholastique
Lucien Normandeau, président, **450 258-2095**
Édifice Landry
- Les mardis, de 18 h 30 à 21 h 30 : pétanque et jeux de cartes Gratuité à tous les gens âgés de 55 ans et +

Alcooliques anonymes et Al-Anon
Centre culturel du complexe Jean-Laurin
les mardis, à 19 h
Centre culturel Joseph-Savard
les lundis, à 20 h, et les vendredis et samedis, à 11 h 45

Comités communautaires et culturels (suite)

Alcooliques anonymes, groupe AA 12 à 35 ans
Centre culturel Joseph-Savard
- les jeudis, à 20 h, les vendredis et samedis, à 11 h 45

Association des maisons de jeunes de Mirabel
450 475-2091

Centre des femmes Liber'Elles
450 594-0556 – Un lieu d'accueil, d'écoute et de référence

Chevaliers de Colomb de Saint-Augustin
Léonile Carrier, Grand Chevalier, **450 475-1043** leonile.carrier@sympatico.ca
Complexe Jean-Laurin (en haut de l'aréna)
- Rencontre 2e lundi du mois, à 19 h 30, de septembre à juin
- Mise en place des officiers, le 10 octobre

Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Souper spaghetti, le 8 novembre, de 16 h à 19 h 30
- Clinique de sang, le 7 décembre

Salle Jean-Paul-Maisonneuve (en arrière de l'église)
- Guignolée, le 5 décembre

Opération Nez Rouge, à Saint-Jérôme, au profit de la Maison de jeunes, à compter du 15 décembre

Chevaliers de Colomb de Saint-Janvier
Jean-Marc Lamarche, Grand Chevalier, **450 553-1105**
lamarchejm@hotmail.com
- 1er et 3e mercredi du mois, à 19 h 30 : assemblée générale de l'exécutif

Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
- Souper spaghetti de la paroisse, le 18 octobre, à 16 h, souper spaghetti, le 15 novembre, à 16 h, souper Méritas 4e degré, le 28 novembre, à 18 h, et clinique de sang, le 9 décembre, à 14 h

Chorale La clé des chants de Mirabel
Pierre-Yves Éthier, directeur, **450 475-6158**
Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Rencontres tous les lundis (de septembre à mai)

Chorale La Joie de Vivre
Manon Dinel, **450 258-3993**

Club d'astronomie Mira astromira.ca
Alain Marcotte, président, **450 436-4742**
Pedro Borquez, vice-président, **450 432-8827** pborquez@gmail.com
Visitez le site Internet du Club d'astronomie Mira de Mirabel
9529, rue de Belle-Rivière
- Tous les dimanches, à 20 h

Club Optimiste de Saint-Augustin
Martin Charbonneau, président, **450 275-2619**
clúboptimiste.staugustin@hotmail.com
Complexe Jean-Laurin (en haut de l'aréna)
- Les mardis aux 3 semaines, à 19 h : rencontres

Centre culturel du complexe Jean-Laurin
- Opti-film, les 11 septembre, 2 octobre, 13 novembre et 18 décembre, à 19 h, disco, le 18 septembre et le 11 décembre, à 19 h, et distribution de bonbons, le 31 octobre

Club Optimiste de Saint-Janvier
Joan Leblanc, présidente **450 434-9793** www.cluboptimistestjanvier.ca
Centre culturel Joseph-Savard
- Le 1er dimanche du mois : déjeuner, à 9 h
- Le 3e lundi du mois : café-rencontre, à 19 h
- Tous les soirs, à 19 h : bingo aux Galeries des Laurentides
- Club Octogone, les H.D. Saint-Janvier/Mirabel (pour les 12 à 17 ans), Sherley Tardif, responsable, au 450 951-2838
- Élections le 30 septembre

Centre culturel du complexe du Val-d'Espoir
- Remise des paniers de Noël, en collaboration avec les pompiers et les policiers, le 19 décembre

Comités communautaires et culturels (suite)



Club Optimiste de Saint-Benoît
Geneviève Parent-Brazeau, présidente, **450 258-4260**
club_optimiste_st-benoit@hotmail.com
Centre culturel René-Laurin
- Le 2e mardi du mois : rencontre mensuelle, à 20 h
- Le 4e vendredi du mois : Opti-film, à 18 h 30 (sauf le 23 octobre)

Club Optimiste de Saint-Canut
Mario Foisy, président, **450 412-2190**
mariofoisy@videotron.ca
Centre culturel Patrick-Lepage
- Le 3e mardi du mois : assemblée du club
- Le 2e dimanche du mois : déjeuner, à 9 h
- Disco ou film les 23 octobre, 20 novembre et 11 décembre
- Dépouillement de Noël, le 13 décembre

Comité des arts de Saint-Benoît
Patricia Lallemant, **450 258-2183**
Renseignements : **p.lallemant1@gmail.com**

Comité des artistes peintres de Mirabel
Service des loisirs, **450 475-2041**
www.expoconcertmirabel.ca

Dépendants affectifs anonymes (D.A.A.)
514 990-4744 www.daa-quebec.org
Centre Joseph-Savard
- Tous les mardis, à 18 h 30

Les Fléchés authentiques de Mirabec
Cours de fléché offert aux 13 ans et plus : enseignement de la technique au doigt. Série de 6 cours de formation de 4 heures. Coût : environ 60 $ (matériel inclus). Pour renseignements :
Thérèse Lapierre, **450 435-4592** atlapierre@videotron.ca

Maison de la famille
Anick Lorrain, directrice, **450 475-0155**

Ménétriers d'antan
Roger Brunet, président **514 823-5583**
Complexe du Val-d'Espoir
- Tous les mercredis, de 19 h à 21 h 30 (à compter du 16 septembre)

Parents secours
Julie Boisclair
psmirabel@hotmail.com

Comités des loisirs et des parcs

Comité de loisirs Charlebel
Martin Girard, président monparc@yahoo.ca
Facebook : www.facebook.com/petitstcharles

Comité de loisirs du Lac des Pins
Geneviève Paré, présidente, **450 675-3548**
asslacdespins@live.fr Facebook : association lac des pins

Comité de loisirs du parc Jacques-Beauchamp du Domaine-Vert Nord
René Vachon, président
jacques-beauchamp@hotmail.com www.facebook.com/parcjb
Site Internet : parcjacques-beauchamp.yalasite.com

Comité de loisirs Mirabel-en-Haut
Claude-Elaine Langevin, présidente, **450 822-9287**
parcdelamontagne@gmail.com Facebook : Parc de la montagne
- Halloween : maquillage, jeux, décorations de citrouilles, maison hantée, etc., le 31 octobre, de 12 h à 21 h

Comités des loisirs et des parcs (suite)

Comité du parc Pablo-Picasso
Émilie Derganc, présidente, **514 793-2435** emiliederganc@hotmail.com
Facebook : Parc Pablo-Picasso
- Ciné-parc, le 28 août
- Fête annuelle, épluchette de blé-d'Inde et vente débarras, le 29 août

Comité de loisirs Parc des Champions
Marie-Chantal Brien, présidente, **514 946-0332**
mcbrien1976@hotmail.com Facebook : Domaine Vert-Sud

Comité de loisirs Saint-Antoine
Jean-Guy Lauzon, **450 432-4628**

Comité de loisirs Saint-Augustin
Claude Stephenson, président, **450 475-7609**

Comité de loisirs Saint-Janvier
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, **450 475-8656**

Comité du parc de l'Écluse
Chantal Bélanger, présidente, **450 565-4373** cbelanger222@msn.com

Comité du parc Raymond-Fortier
Marie-Claude Dargis, présidente, **450 475-8282**
mcdargis@hotmail.com Facebook : Parc Raymond-Fortier

Comité de loisirs Saint-Benoît
Georgette Loyer, présidente, **450 258-2963**

Comité de loisirs Saint-Canut
Nancy Kingsley, présidente, **450 475-8656**
loisirs.stcanut@gmail.ca Facebook : Loisirs St-Canut
- Fête familiale : jeux gonflables, animation et vente débarras, le 12 septembre

Comité de loisirs Parc de la Loire
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, **450 475-8656**

Comité de loisirs Parc Lacroix
Claude Forest, président, **450 430-3309** brise@sympatico.ca

Comité de loisirs Saint-Hermas
Steve Charbonneau, président, **514 821-7234**
stevecharbonneau@hotmail.com

Comité de loisirs Sainte-Monique
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, **450 475-8656**

Comité de loisirs Sainte-Scholastique
Marie-Soleil English, présidente **450 475-8656**
loisirs.stescho@live.ca Facebook : comité de loisirs Sainte-Scholastique

Comité de loisirs Parc Cardinal
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire, **450 475-8656**
parc.cardinal@hotmail.ca

Association des propriétaires du Lac Meilleur
Linda Lavoie, présidente, **450 475-1080**

Comptoirs d'entraide

Secteur de Saint-Augustin
450 475-7609

Secteur de Saint-Canut
450 530-7094

Secteur de Saint-Janvier
450 434-4037

Secteur de Sainte-Scholastique
450 258-3686

TABLE DES MATIÈRES

TABLEAUX DES ACTIVITÉS

DIVERS





LE SERVICE DES LOISIRS, DE LA CULTURE ET DE LA VIE COMMUNAUTAIRE

COMMENT NOUS JOINDRE ?

Réception : Chantal Laframboise, 450 475-8656 - c.laframboise@ville.mirabel.qc.ca

Réservation des salles : Ginette Handfield, 450 475-2046 - g.handfield@ville.mirabel.qc.ca

Réservation des gymnases : Francine Bélanger, 450 475-8656 - f.belanger@ville.mirabel.qc.ca

Adresse de courriel générale : service.loisirs@ville.mirabel.qc.ca

La programmation du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire est publiée par le Service des communications de la Ville de Mirabel et distribuée gratuitement dans tous les foyers mirabellois.

Production : **Service des communications**
Conception et réalisation graphique : **Créations Gamma**
Impression : **Impression Paragraph**
Distribution : **Postes Canada**

Renseignements :
Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire
Ville de Mirabel
8515, rue Saint-Jacques
Mirabel (Québec) J7N 2A3
Téléphone : **450 475-8656**
Télécopieur : **450 475-7862**



Dépôt légal : Bibliothèque nationale du Québec
Tirage : 19 700 exemplaires

Imprimé sur du papier recyclé

